

ВЕСТА[®] *Al*

ЕЖЕМЕСЯЧНОЕ ИЗДАНИЕ ДЛЯ ЖЕНЩИН

Май

№ 5 (228) 2014

16+

Ежемесячное издание для женщин

Учредители:
группа физических лиц

Издатель:
ООО Издательство «Веста-М»

Издание зарегистрировано
в Комитете Российской Федерации по
печати.

Per. № 014813

Главный редактор
Марина КОСТЫНА

Адрес редакции:
г. Воронеж,
ул. Средне-Московская, 32

Для почты:
394000, Воронеж, а/я 537

Телефон редакции:
(473) 251-22-13, 235-59-75

Факс: (473) 251-22-13

E-mail: info@vesta-m.vrn.ru

Наш сайт: vesta-m.info

Посланные по почте рукописи не
рецензируются и не возвращаются.

Редакция в переписку с читателями не
вступает.

Мнение авторов не всегда совпадает с
мнением редакции.

Ответственность за содержание и
достоверность сведений в рекламе и
объявлениях несет их податель.

Переписка материалов, помещенных в
«Весте-М», без письменного разрешения
редакции не допускается.

Директор
по распространению
Галина СТАРОДУБЦЕВА
Телефон (473) 235-59-75

Номер подписан в печать:
10 апреля 2014 г. в 11:00

Отпечатано в ГУП РО
«Рязанская
областная типография»
390023, г. Рязань, ул. Новая, 69/12
тел. (4912) 44-87-80

По всем случаям полиграфического
брака обращаться в типографию.
Заказ № 1242.
Тираж 365000 экз.

Общий тираж 524877 экз.

Цена свободная.

Подписной индекс
в каталоге «Почта России» —
60672,
в каталоге «Пресса России» —
51182.

Подписку можно оформить
на сайте: VIPISHI.RU
На первой странице — Диденко

Сегодня в номере:

КОСМЕТИКА

- Весенние маски. ● Поможет ложка.
- Чтобы выглядеть моложе.
- Для лучшего увлажнения.
- Цвет лица — от фруктов!
- Приучите глаза к солнцу.
- Натуральный румянец. ● Румяна вместо помады.

САЛОН КРАСОТЫ

- Прическа, как у Николь Кидман.
- Фантазии с невидимками.
- Лучшее средство, чем щелочь.
- Радиальное средство. ● Это надо знать.
- Кофе для блеска волос.
- Если волосы легкие, как пух.
- Для здоровья ваших волос.

УХОД ЗА ТЕЛОМ

- Фитнес в парке. ● Этиод в черных тонах.
- Любимый аромат.
- Когда коже требуется дополнительное увлажнение.
- Ай, да колечки!
- Красота с красной ковровой дорожки.

ЕСЛИ ХОТИТЕ

- Модная невеста.

ЗДОРОВЬЕ

- Майские травы несут здоровье.
- Зеленая аптека: ветла, или ива белая.
- «Скажите, доктор...» — на вопросы читателей отвечают врачи: гинеколог, педиатр, дерматовенеролог.

У ЮРИСТА

- Юрист отвечает на письма читателей.

ЧАСТНЫЕ ПРОБЛЕМЫ

- Спасение утопающей... в слезах.
- Психолог отвечает на письма читателей.

СВОИМИ РУКАМИ

- Бежевая туника, связанная на спицах, и голубое платье, связанное крючком.
- Туфли превращаются... ● Манжеты с бантами.
- Роман с камнем. ● Серьга с цепями.
- Весенний клатч. ● Дизайнерские очки.

ВАШ СТИЛЬ

- Время быть яркой! ● Королева бала.

К ВАШЕМУ СТОЛУ

- Еда на любой вкус.

ХОЗЯЮШКЕ

- Ловушка для фруктовых мух.
- Холодные напитки. ● Вешалка для кепок.
- Когда пасты осталось мало.
- Никакой сортировки.
- Мешок для посудомоечной машины.
- Вешалки для обуви.

ИНТЕРЬЕР

- Мебель из палет.

ПРАВОСЛАВНАЯ СТРАНИЦА

- Священник отвечает на вопросы читателей.
- Православный календарь на июнь.

КОМНАТНЫЕ РАСТЕНИЯ

- Цветочные композиции или мини-садики.

ЭТО ИНТЕРЕСНО

- Очки — для светлых глаз.
- Вкусное лекарство от стресса.
- Клубы любителей тещ... и подкаблучников.
- Оригинальный способ «клеить мужчин».

ВАШ САД

- Одуванчики на дорожках.
- Глубокий полив.
- «Зонтик» для салата.
- Дачный совок.
- Вертикальные грядки из бутылок, органайзера с кармашками и ведра.
- Необычная клумба.

МОЛОДОЙ МАМЕ

- Детская техника безопасности и удобства.

МУЖЧИНА В ВАШЕЙ ЖИЗНИ

- Люблю обоих и не могу выбрать.
- Почему он не говорит «люблю»?

ПОЗНАЙ СЕБЯ

- Гороскоп с 15 мая по 15 июня.
- Прическа и характер.
- Тест. Он вас любит?

ЖЕНЩИНЫ-МУЗЫ

- Николай Гоголь: утраченные иллюзии.

АХ, ЭТИ ЗВЕЗДЫ!

- Дочки-матери по-голливудски.
- О ремонте с любовью.

ЭТИКЕТ

- Здравствуй и до свидания!
- Помогите гостям.
- Комплимент не в радость.

БРАТЯ НАШИ МЕНЬШИЕ

- Путешествие без происшествий.

ПРОСТО ПОЧИТАТЬ

- Алексей Котов. «А мой-то где?»

НА ДОСУГЕ

- Сканворд. ● Анекдоты.

Читайте в следующем номере:

● Лучше воды... вода. ● Топ, сязанный на вилке. ● Долой целлюлит! ● Какой бывает инклюзив? ● Как победить соперницу? ● Похудеть — легко! ● Идеальное сочетание, или... ● Вы решили расстаться... ● Открываем купальный сезон! ● Голливудские дюймовочки. ● Мороженое «с воротничком». ● Если они слишком навязчивы. ● Про туфли и мужчин. ● Послание для официанта. ● И многое другое.



ТАК НЕ ДОСТАВАЙСЯ ЖЕ
ТЫ ОДНОМУ... ИМЕНИ!

Всего лишь месяц потребовался двум экстравагантным — иначе не назовешь! — лондонцам, супругам Джону и Маргарет Нельсон, чтобы... дать, наконец, имя своей новорожденной дочери! Их горячее общение на повышенных тонах на тему, чей вариант имени «первее», было стопроцентно из разряда «Никто не хотел уступать!», и лишь на исходе то ли 35-х, то ли 37-х суток, благодаря почти оперативному вмешательству родственников, закончилось компромиссом, или консенсусом. Дежурный полицейский участка, куда измученные, но непобежденные, родители пришли получить свидетельство о рождении своего ребенка, вынужден был слушать этот «компромисс» — то есть, как зовут девочку — около... трех минут. Немудрено: родительский «консенсус» сделал ни в чем не повинную девочку обладательницей имени, состоящего из 139 имен!!!

...А попробуйте представить на месте «любящих супругов» Нельсон шекспировских героев! Представьте безумно любящих друг друга Ромео и Джульетту, не желающих уступить друг другу!.. Согласитесь: одна и та же, ведь, Англия! Только времена — разные...

КЛУБЫ ЛЮБИТЕЛЕЙ ТЕЩ И...
ПОДКАБЛУЧНИКОВ

Большинство наших мужчин уверены, что аргентинцы по-настоящему обожают только футбол. Ан нет, здесь — ошибка! Многие представители сильного пола этой латиноамериканской страны обожают и... тещ! Часть их даже состоит в членах Клуба в защиту тещ. Еще немалая часть уже готовится влиться в их ряды — их сдерживает только природная скромность. Но все они — и состоящие, и скромные — буквально фанатеют, почти так же, как от футбола, именно от мам своих любимых жен!



Прявы ради, стоит сказать, что требующие своими дражайшими половинами супруги тоже имеют свой клуб — своего рода «отдушину» от мнимого угнетения! — и он, кстати, постарше клуба тещелюбителей. Но в списках клуба всего лишь около ста человек, а на заседаниях обычно не присутствует — по уважительной причине! — больше половины членов! Можно ли после этого верить мужчинам, что «томящихся под игмом женского каблука» — миллионы?!

ЕЩЕ О МУЖСКОМ «ШОВИНИЗМЕ»

Поистине, на чем только не строят свой доход предприимчивые дельцы! Хотя порою их можно понять и даже... простить. В одной из самых крупных бань в столице датской Копенгаген инспекторская проверка показала четкое соответствие количества кусков мыла и шаек указанному в бумагах отчетности. Но та же проверка обнаружила «грубейшее», как указали инспекторы, нарушение правил послепомывочного взвешивания клиентов: весы в женском отделении показывали на два килограмма меньше, чем было в реальности. Инспекторы — все, как один, мужчины! — потребовали от владельца бани, этого достойного всяческого уважения представителя сильного пола, отрегулировать весы. К сожалению, на это наглое требование «представитель» лишь беспомощно взмолился: «Прошу вас, не разоряйте меня!..»



Видавшие виды пожарные Рио-де-Жанейро на пару минут впали в ступор, приехав по вызову в один из домов города: их взглядам предстал абсолютно невредимый мужчина средних лет, безуспешно пытавшийся сделать хотя бы одно движение. Имобилизовала, то есть, говоря по-русски — обездвигала, его ни кто иная, как любимая жена, которую он, в перерывах между любовью — то есть, часто, — бил, приходя домой навеселе и перепачканный не ее помадой. Обездвигала просто — вылила на него достаточное количество клея для облицовочной плитки!..

Судя по тому, что пожарным, используя всевозможные инструменты, с трудом удалось отделить мужа от пола, его пребывание в больнице послужит основой для триллера «Человек меняет кожу», а дальнейшая жизнь — для комедии «Привычка не жениться»...

И СЕРДЦЕ НЕ ПОДСКАЗАЛО?!

Помните, в сказке «Али-Баба и сорок разбойников» атаман этих самых разбойников не стал отмечать крестиком нужную дверь, а просто сосчитал двери. Судя по всему, так же поступили двое молодых юношей, одновременно сочтывшихся браком в индийском селе Патан: они не сделали на своих невестах, чьи лица, согласно древней традиции, были закрыты покрывалом, никаких опознавательных знаков! Надо учесть, что, по той же традиции, невесты были одеты абсолютно одинаково. А брак их, всё по той же традиции, считался заключенным, если жених с невестой сделают семь кругов вокруг священного огня...

Прохождение семи кругов закончено, с невест сняты покрывала и — ах, невесты перепутаны!

...Вердикт старейшин сельских был неумолим: с кем пройдены круги вокруг священного огня, с тем надлежит и жизнь пройти!..



«МУЖ СНЯТ С ПРОДАЖИ». НАВСЕГДА!

Новый вариант воздействия на мужей, чересчур увлекающихся поездками на охоту или рыбалку, опробовала Луиза Хорнерс, медсестра из Уэстминстера (штат Мэриленд, США). Как всякой порядочной женщине, ей надоели частые отвлечения любимого супруга не на нее, а на хобби, не имеющие к ней никакого отношения. И она решила на предельную меру: дала в газете объявление: «Продается муж. Настоящий! Дешево! В комплекте со спиннингом, двумя охотничьими ружьями, болотными сапогами, курткой-дождевиком, джинсами и легавой».

С одной стороны, миссис Хорнерс добилась того, что заядлый рыбак-охотник, то бишь ее супруг, вспомнил о своих домашних обязанностях. С другой стороны, ее несколько задело, что, хотя большинство откликнувшихся на объявление справлялось о цене всего «комплекта», немалая часть потенциальных покупателей — как мужчин, так и женщин! — интересовалась, нельзя ли купить что-нибудь отдельно — например, только собаку или спиннинг!

Оплатив размещение еще одного объявления — о снятии «комплекта» с продажи — миссис Хорнерс, возможно, подумала: «Хорошо, что газета — местная...»



Частные проблемы

Я вышла замуж за прекрасного, талантливого, остроумного мужчину, а он оказался маленьким сынком. Мы с мужем — студенты, поэтому живем у его мамы: я только учусь, а он тоже учится, но еще и подрабатывает. Конечно, денег при современной жизни не хватает, и его мама нас частенько подкармливает, а иногда даже что-нибудь дарит. Мне иногда ее подачки кажутся обидными, потому что когда она дарит нам что-то, то говорит: «Вот вам на бедность», и при этом подчеркивает, что обижаться тут не на что — надо сказать спасибо. Именно из-за нашей материальной несостоятельности мы вынуждены постоянно терпеть ее присутствие в нашей жизни. Бесконечные советы, поучения, критика (в основном в мой адрес) меня просто замучили.

Да, что касается домашних дел, превзойти ее трудно: она — опытная хозяйка — шустрая и ловкая во всем, что касается быта. Конечно, мне до нее далеко, но мне хочется научиться что-то делать самой, а свекровь за мной почти все переделявает.

Муж мой неидеален, иногда даже может позволить себе напиться, но мамочка его в таких случаях всегда жалеет и оправдывает, а во всех его грехах винит... меня. Ну как же! Я ведь — исчадие ада: и неряха, и неумеха, и капризная, и запросы у меня несоразмерны ни с чем, а уж характер — вообще ужас!

Я чувствую, что долго так жить не смогу. Неужели нам придется развестись из-за его мамы? Что мне делать, чтобы сохранить семью?

М реже чем что-то делать, надо разобраться, почему свекровь выбрала такую тактику поведения с Вами: из-за любви к единственному сыночку или из-за извечного противостояния «невестка — свекровь».

Как это выяснить? Проведите такой эксперимент. С какого-нибудь из понедельников перестаньте реагировать на неблагоприятные моменты в поведении мужа. Запаситесь терпением и молчите.

Если свекровь действительно любит сына, она будет рада, что в его семье воцарились мир и покой. А Вам в такой ситуации лучше принимать ее бескорыстную помощь с благодарностью, поскольку Вам трудно успевать и учиться, и образцово вести домашнее хозяйство.

Утешайте себя тем, что это не навсегда, а только пока вы учитесь, и настраивайте себя на такую перспективу: «Окончу вуз, начну работать, снимем с мужем квартиру и будем строить семью и вести свой дом самостоятельно».

А пока позвольте свекрови помогать вам. Поверьте, Вы скоро увидите в такой жизни свои плюсы.

Другое дело, если Ваша свекровь «вышла на тропу войны» с невесткой и уходит с нее

не собирается. Значит, ей понадобится «поле для боевых действий», а это — кухня, ванная, балкон, коридор... Если же большую часть свободного времени вы с мужем будете проводить не в тех местах, где столкновения с «противником» неизбежны, а в своей комнате, откуда будут доноситься счастливый смех и ровные голоса людей, которые прекрасно ладят друг с другом, свекровь будет злиться и постоянно искать повод устроить скандал.

Но пока она будет осмысливать, на какую тему его устроить, Вы должны успеть решить основную задачу: направить все силы на налаживание и укрепление отношений с мужем. Если Вам удастся добиться этого, свекровь окажется в положении «третьего лишнего».

У меня есть подруга, с которой мы дружим с первого класса школы. У нас с ней нет секретов друг от друга, мы привыкли откровенно говорить о любых жизненных ситуациях, доверяем друг другу самое сокровенное и всегда прислушиваемся к советам, так как отношения у нас с ней уже давно сложились искренние и добрые.

Недавно у нее появился парень, от которого она без ума. Долго скрывала его от меня, а когда, наконец, познакомила нас, я поняла, почему она его прятала. Это — что-то ужасное: выглядит чуть лучше, чем Квазимодо в известном фильме, зубы у него какие-то кривые и гнилые, может плевать на улице, разговаривает с девушкой, держа руки в карманах, и бесконечно вставляя в свою речь «для связи слов» нецензурные слова. Подруга моя ничего этого не видит, а когда я попыталась «открыть ей глаза», сказав, что вокруг нас столько нормальных парней, а она выбрала этого уродца, она обиделась. Но это не самое страшное. Хуже то, что она, похоже, рассказала о моей реакции ему, и теперь наша с ним ненависть взаимна. Более того, он настраивает мою подругу, с которой мы дружим уже больше 12 лет, против меня!

Я не могу с ним общаться нормально, как с другими ребятами: один его мерзкий вид вызывает у меня в душе протест и желание наругать, нахамить, поссорить подругу с ним.

Как мне быть? Неужели придется потерять давнюю дружбу из-за этого недостойного человека, который моей любимой подруге никак не подходит?

Если Вы описали молодого человека своей подруги объективно, то он, действительно, симпатии не вызывает. Придет время, и она это тоже увидит. Но торопить события не стоит. Если же Вы, желая подруге добра, будете бесконечно говорить ей о недостатках ее возлюбленного, то вызовете в ее душе только протест и желание защитить любимого. Более того, ненавидящий Вас молодой человек и Ваша подруга объединятся против Вас и, в результате, Вы станете для них обоих «персоной нон-грата», а их союз станет еще крепче.

Если не хотите потерять подругу, перестаньте критиковать ее любимого. Наберитесь терпения и ждите, когда ее глаза откроются сами.

А вот когда она прибежит к Вам за утешением, будьте готовы к роли жилетки, в которую подруга долго еще будет лить слезы. Но только не вспоминайте, что Вы ее в свое время предупреждали, говорили, что ничем хорошим эта «любовь» не кончится. Не хотите потерять ее? Следите, чтобы в Вашей речи никогда не прозвучало: «А я ведь тебе говорила!»

Моя беда в том, что я себя не люблю. Вернее, сама себе не нравлюсь. Вернее, в принципе, внешне я не хуже других, но всё гораздо серьезнее: у меня дефицит... мозгов. В компаниях сверстников я очень мало говорю, стараюсь больше слушать и просто боюсь открывать рот.

Причем, чем дольше я молчу, тем страшнее мне это молчание прерывать — не все ведь еще знают, какая я недалекая.

Подскажите, пожалуйста, что мне сделать, чтобы повысить самооценку и научиться разговаривать с умными людьми. Или всё уже безнадежно?

Мне кажется, что Вы немного кокетничаете, когда пишете про дефицит мозгов. Тот, кто испытывает их дефицит по-настоящему, обычно этого не замечает.

И уж точно известно, что называть себя лишним мозгов может только умный человек. Значит, не все еще потеряно и ничто не безнадежно.

Надо просто работать над собой. Первым делом определите, что Вас лично интересует больше всего. А лучше всего — то, что заставит Вас общаться. Сначала можно просто искать информацию по этому вопросу, затем старайтесь найти единомышленников и пытайтесь обмениваться мнениями — это тренирует сообразительность. А без тренировок

НАЕДИНЕ

«гаснет», как будто его кто-то обес-точивает.

У него портится настроение, потухает взгляд, он замолкает и сидит с отрешенным видом.

У меня создается впечатление, что хорошее настроение у него вообще не может держаться долгое время. Я сначала очень переживала — думала, что ему со мной скучно и неинтересно, но потом мне сказали, что он всегда такой. Он — интроверт — человек, заикленный на себе, на своих внутренних переживаниях, лишенный стремления как-то показать себя, покрасоваться перед другими. Мне эти качества сами по себе нравятся, нравится и молодой человек. Очень. Но иногда его характер — эта его особен-ность — меня очень раздражает.

Напишите, если можно, как смягчить характер такого человека. Или это бесполезно?

Исправить интроверта, который чувствует себя комфортно только в своей «норке», невозможно. Но есть основное правило, как с ним обращаться, чтобы ужиться. Нельзя тормозить его, заставляя выполнять какие-то активные действия против его воли, а уж тем более, обижаться на него. В этом случае он еще глубже заберется в «норку», замкнется в себе и перестанет с Вами разговаривать.

Если он дорог Вам, попробуйте передать «инициативу» в его руки. То есть, поддерживать его настрой, не навязывая своих моделей поведения.

Чувствуете, что у любимого портится или меняется настроение, оставьте его в покое. Если в то время, когда вы с ним находитесь в гостях или в компании, Вы почувствуете, что Ваш парень замкнулся, ушел в свою «норку», предложите ему покинуть это общество. Возможно, он почувствует себя комфортно лишь рядом с любящим и понимающим человеком — с Вами.

Обращайтесь с ним спокойно и ласково, чтобы он не видел в Вас возмутителя его душевного комфорта, а значит, доверял Вам.

Захочет Ваш молодой человек поделиться с Вами какими-то своими переживаниями, излить душу, он сделает это так и тогда, как и когда сам сочтет нужным. Не побуждайте его к откровенности, не докучайте расспросами, а тем более, своими обидами. Это возможно.

Но необходимые условия, кроме Вашей заинтересованности в этом человеке, — Ваше терпение и наличие собственных интересов, чтобы Вы, почувствовав близкую смену его настроения, могли тихонько уйти в тень — без обид и обвинений — и дать ему воз-

можность уйти в себя, подумать, в чем-то разобраться. Это непросто. И возможно лишь в том случае, если Вы его действительно любите.

Я недавно окончила вуз и теперь устраиваюсь на работу, о которой давно мечтала. Дело в том, что в той организации, куда меня берут, очень много мужчин. И это — главное ее достоинство.

Ведь что такое женский коллектив, я знаю по собственному опыту (пока училась, приходилось подрабатывать в разных местах): сплетни, зависть, интриги, клевета, подставы...

В мужском коллективе и рабочий климат здоровее, и отношения проще.

Но, к сожалению, мое мнение — чистая теория, а опыта работы в мужском коллективе у меня нет. Поэтому я боюсь, что неправильно поведу себя с самого начала. Не хочется давать повода для двусмысленностей, но и «синим чулком» казаться тоже не хочется. Подскажите, как себя правильно вести, чтобы в коллективе сложились нормальные отношения.

Как правило, когда в коллективе появляется новый сотрудник, а тем более, молодая женщина, она вызывает острый интерес и пользуется повышенным вниманием со стороны сотрудников-мужчин. Главное — не сделать глупости. В чем она может заключаться? В предпочтении остальным кого-то одного.

Вот тогда в новом коллективе могут начаться те же неблагоприятные процессы, что и в знакомых Вам женских: зависть, ревность, сплетни, пересуды и т. д.

Держите себя ровно и доброжелательно со всеми, не выделяя никого конкретно, а сами внимательно следите за реакцией сотрудников и корректируйте свое поведение, как только заметите что-то не то или что-то сомнительное.

И еще. Призовите на подмогу две очень важные вещи: женскую интуицию и чувство юмора. Первая поможет почувствовать настроение и отношение окружающих, а второе поможет разрядить нагнетающую обстановку и помирить кого-то если Вы увидите, что Вас не так воспринимают, не то понимают или не за ту Вас принимают.

У мужчин нет той изощренной психологии, они не столь сильны в нюансах. А поскольку Вы уже прошли «школу молодого бойца» в женских коллективах, то в мужском Вам должно быть проще.

Юлия АЛЕКСЕЕВА

ки можно вообще разучиться говорить. Но если Ваш «комплекс» настолько силен, что все перечисленное выше не влечет к людям, не будит воображение и не помогает повысить самооценку, тогда надо будет искать специалиста-психотерапевта.

Я встречаюсь с молодым человеком, который мне очень нравится. Он умный, спокойный, рассудительный, глубокий. Но вот одна черта его характера меня очень огорчает. Он не может долго общаться с людьми — устает от общения.

Даже когда он назначает встречу мне и приходит в приподнятом настроении, то через некоторое время

С ПСИХОЛОГОМ

**ЛУЧШЕ КИСЛОТА,
ЧЕМ ЩЕЛОЧЬ**

Если вы пользуетесь шампунем от перхоти или шампунем для жирных волос, обязательно ополаскивайте голову после мытья подкисленной водой (разведенным соком лимона, слабым раствором уксуса, лимонной или аскорбиновой кислоты). Волосы плохо переносят щелочные составы, а pH сильнодействующих шампуней сдвинут в щелочную сторону. Чтобы восстановить кислотно-щелочной баланс кожи головы и волос, требуется кислое ополаскивание.

И не бойтесь воду слегка «перекислить», волосы гораздо лучше переносят кислоту, чем щелочь.

**РАДИКАЛЬНОЕ
СРЕДСТВО**

Многие жалуются, что их волосы становятся слабыми и редкими, но при этом любой ценой сохраняют их длину. А ведь самый лучший выход в такой ситуации — очень короткая стрижка. Дело в том, что у корней волосы более жесткие и темные, поэтому, если подстричь их достаточно коротко, визуально волосы станут значительно гуще.

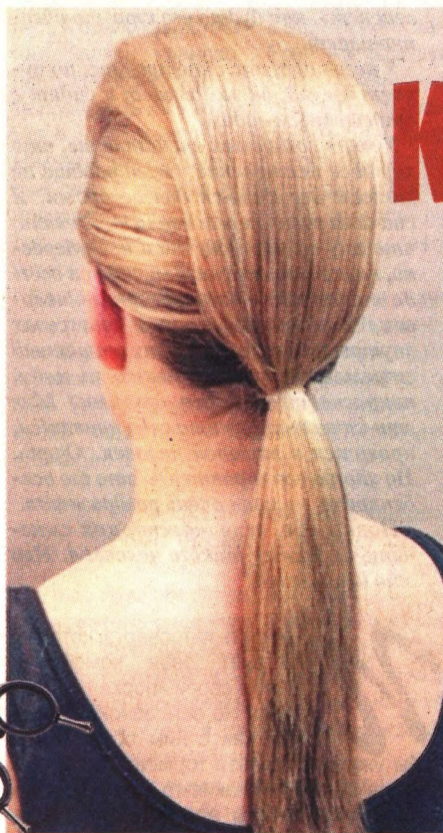
ЭТО НАДО ЗНАТЬ

● Волосы быстрее растут и лучше впитывают всевозможные полезные вещества утром и вечером. Учитывайте это, когда будете делать маски для волос.

● Не удивляйтесь, что со временем ваши волосы стали совсем другими, хотя вы за ними стали ухаживать даже более интенсивно, чем раньше. Самые длинные волосы легко вырастить в возрасте от 14 до 17 лет. Потом они становятся все тоньше и растут все медленнее.

**КОФЕ ДЛЯ БЛЕСКА
ВОЛОС**

Если у вас темные волосы — неважно, свои или окрашенные, — ничто не добавит цвету волос большей насыщенности и не придаст им больше блеска, чем обычный кофе. Перед мытьем головы нанесите на волосы кофейную гущу. Смойте через 5-7 минут. Постоянно применяя это средство, вы избавитесь и от перхоти.

**КАК У НИКОЛЬ
КИДМАН!**

Хотите почувствовать себя настоящей звездой? Сделайте прическу точь-в-точь как у Николь Кидман — знаменитой красавицы и признанной иконы стиля. Именно с такой прической она появилась на красной ковровой дорожке Каннского кинофестиваля!

- Тщательно расчешите волосы, распрямленные утюжком, и уложите их назад.
- Отделите верхнюю теменную часть волос, как указано на фото, скрутите в жгут и заколите.
- Из оставшейся части волос заплетите тугую французскую косу и закрепите резинкой у кромки роста волос.
- Отделенную верхнюю часть волос хорошо начешите, сбрызните средством для укладки и зачешите назад, скрывая косу и сохраняя объем начеса.
- Соберите волосы в хвост и закрепите невидимкой или резинкой. По желанию украсьте хвостик заколкой или брошью.

**ЕСЛИ ВОЛОСЫ ЛЕГКИЕ,
КАК ПУХ**

Они, как правило, не держат укладку и «летят» от любого дуновения ветра. В ветреную погоду обладательницы таких волос похожи на одуванчики. Увлажнить и немного утяжелить волосы поможет не содержащий спирта лосьон для тела. Налейте в ладонь несколько капель лосьона (размером с рублевую монету), разотрите в ладонях и несколько раз проведите влажными руками по волосам.





ФАНТАЗИИ С НЕВИДИМКАМИ

Простой и эффектный способ преобразить прическу и сделать ее оригинальной – добавить невидимки. Сделать это можно самыми разными способами. Мы предлагаем вам четыре, остальные подскажет вам ваша фантазия.

НЕВИДИМКИ В КОСЕ

Заплетите французскую косу по всей окружности головы и украсьте ее золотистыми невидимками.

КРЕСТ-НАКРЕСТ

Причешите волосы и заколите невидимки крест-накрест по окружности головы от уха до уха.

СОЛНЫШКО В ВОЛОСАХ

Соберите волосы в хвост и обмотайте резинку прядью волос. Теперь приколите невидимки в виде лучиков, идущих от хвостика. Прическа будет смотреться еще эффектнее, если невидимки будут разного цвета – например, черные и золотистые.

ТРЕУГОЛЬНИК

Отделите височные пряди, зачешите их назад и приколите невидимками по диагонали, как боковые стороны треугольника. Внизу приколите третью невидимку перпендикулярно волосам.



Подготовила Марина ХРИСТЕНКО

ДЛЯ ЗДОРОВЬЯ ВАШИХ ВОЛОС

В первой зелени, почках и молоденьких листиках заключено множество витаминов и полезных для волос веществ. Используйте их для масок и ополаскиваний, которые помогут волосам стать здоровее и красивее.

ИЗ БЕРЕЗОВЫХ ПОЧЕК И ЛИСТОЧКОВ

Если в вашей местности березовые почки уже превратились в молодые листики, не расстраивайтесь, они тоже подойдут для приготовления витаминного ополаскивания для всех типов волос.

● Залейте 1 стакан березовых почек или листиков 2 л воды, доведите до кипения, снимите с огня, дайте остыть до приятно-теплой температуры. Затем процедите и после мытья буквально прополощите волосы в березовом отваре.

Он насыщает волосы витаминами, питает, придает им блеск и шелковистость.

● Очень хорошо убирает излишнюю жирность кожи головы и связанную с этим перхоть, а также регулирует салоотделение спиртовой настой березовых почек.

Насыпьте в стеклянную банку или бутылку 0,5 стакана березовых почек, залейте 1 стаканом водки, укупорьте и поставьте на неделю в темное прохладное место.

Готовую настойку втирайте каждый день круговыми движениями в кожу головы с помощью ватного тампона. Когда ощутите стойкий эффект, и волосы перестанут огорчать вас излишней жирностью, сделайте перерыв, чтобы дать коже шанс справляться с жирностью самой.

ИЗ ПЕРВОЦВЕТОВ

Измелчите в однородную кашицу по 1 ст. ложке листьев и цветов мать-и-мачехи, примулы и молодой крапивы. Залейте кипятком 2-3 ломтика ржаного хлеба и разотрите разбухший хлеб тоже до консистенции кашицы. Смешайте зелень с хлебом и вотрите в корни волос. Наденьте на голову шапочку для душа, а через 30-40 минут смойте маску теплой водой. Если есть необходимость, вымойте голову с шампунем. Для не слишком густых и сухих волос маска заменяет мытье.

Маска хорошо питает корни волос любого типа, способствует их укреплению и быстрому росту.

ИЗ ПЕРВОЙ ЗЕЛЕНИ

Листья одуванчика, мяты и рябины в равном количестве измельчите до состояния кашицы. Вотрите ее в корни волос. Оберните голову полиэтиленовым пакетом, а поверх него – полотенцем. Через час смойте маску теплой водой.

Маска возвращает волосам любого типа силу, блеск, здоровый вид, а при регулярном применении (2 раза в неделю) избавляет от перхоти.

Подготовила Галина УШАКОВА

ПОМОЖЕТ ЛОЖКА

Вряд ли кто-то рассматривает обычную ложку как косметический инструмент, а между тем она может вам очень пригодиться.

■ Не получается нарисовать нижние ресницы так, чтобы не испачкать тушью веки? Приложите под ресницы чайную ложку, повернув ее выпуклой стороной наружу. Она послужит подставкой для щеточки, и все комочки останутся на ложке.

■ Вы решили не просто подвести глаза, а нарисовать стрелки, но никогда не делали этого? Вам тоже поможет обычная чайная ложка. Расположите ее ручку так, чтобы она плотно прилегала к нижнему веку, начиная от его середины и была направлена в сторону виска. От наружного края нижнего века проведите линию нужной вам длины. Потом переверните ложку и приложите ее так, чтобы закруглением она касалась середины верхнего века, а ручка смотрела в сторону виска. От наружного края верхнего века проведите, пользуясь ложкой как линейкой, вогнутую линию до пересечения с уже нарисованной нижней линией. У вас получится крошечный треугольник в углу глаза, который останется только закрасить, и изящная аккуратная стрелка готова.

ЧТОБЫ ВЫГЛЯДЕТЬ МОЛОЖЕ

Иногда женщины сами добавляют себе возраст неумелым макияжем. Когда вам ближе к 40, не обязательно полностью менять привычный вам макияж, достаточно поменять цвет или перенести акцент.

■ Привыкли подводить веки по внутреннему краю черной подводкой? Не отказывайтесь от привычки, а просто замените черный кайал, который визуально добавляет лет и подчеркивает красноту глаз, на светлый. Он него белки глаз кажутся еще блее, а цвет радужки — ярче.



■ Карандаш для бровей или тени, которыми вы обычно подкрашиваете брови, тоже замените на те, что чуть светлее вашего натурального цвета или хотя бы тон в тон с ним. Слишком темные брови придают лицу хмурое выражение, и вы будете выглядеть старше своих лет.

■ Слишком темный контурный карандаш для губ, который виден под помадой, добавляет лет пять к истинному возрасту. Подберите карандаш посветлее, а лучше — полностью совпадающий с цветом вашей помады.

■ Чем старше женщина, тем нежнее

ей нужен румянец.

Румяна кирпичного или терракотового цвета заметно прибавляют возраста и делают цвет лица землистым.

Такие нехитрые тонкости макияжа помогут вам выглядеть моложе.

ДЛЯ ЛУЧШЕГО УВЛАЖНЕНИЯ

Летом наша кожа как никогда нуждается в дополнительном увлажнении. Дерматологи и косметологи долго искали сочетание ингредиентов, которые бы не только хорошо увлажняли кожу, но и создавали на ее поверхности барьер, позволяющий сохранять влагу внутри. Самым эффективным после исследований было признано сочетание **глицерина и гиалуроновой кислоты**. Так что, собираясь купить увлажняющий крем, проверьте, есть ли в нем эти компоненты.



ВЕСЕННИЕ МАСКИ

После зимы и холодных ветров ранней весны кожа у многих становится бледной, шелушащейся и обезвоженной. Справиться с этими проблемами помогут маски из творога. Творог обладает прекрасным увлажняющим, смягчающим и освежающим действием для всех типов кожи. А если еще и с добавками — богатыми витаминами и биологически активными элементами...

Для сухой, увядающей и нормальной кожи используйте жирный творог, для проблемной и жирной кожи — обезжиренный и кислый.

МАСКИ С ЗЕЛЕНЬЮ

● В эмалированной посуде залейте 2 ст. ложки молодых листьев крапивы 0,5 стакана кипятка, дайте настояться, а через полчаса процедите.

Отдельно разотрите 1 ст. ложку творога, добавляя понемногу 2 ст. ложки настоя крапивы, и нанесите смесь на кожу лица и шеи на 15 минут. Смойте маску водой комнатной температуры.

Маска хорошо увлажняет и витаминизирует кожу любого типа.

● Измельчите 1 лист шавеля вместе с черешком в однородную кашу, смешайте с 1 ст. ложкой обезжиренного творога и взбитым белком.

Нанесите на кожу лица толстым слоем на 15 минут, затем смойте маску прохладной водой.

Маска хорошо устраняет блеск жирной и комбинированной кожи, стягивает поры и обладает легким отбеливающим действием.

● Добавьте к 1 ст. ложке творога 1 ч. ложку измельченных листиков петрушки и 1 ч. ложку сока зелени петрушки, все разотрите и нанесите на кожу лица и шеи на 20 минут. Затем смойте маску чуть теплой водой.

Маска освежает цвет лица,

осветляет веснушки и пигментные пятна на коже любого типа.

● Смешайте 1 ст. ложку творога с 1 ст. ложкой натертого на мелкой терке свежего огурца. Нанесите смесь на кожу лица и шеи на 20 минут, затем смойте маску чуть теплой водой.

Маска обладает легким отбеливающим эффектом и увлажняет сухую, нормальную и увядающую кожу, для жирной кожи желательно добавить в состав 1 ч. ложку кислого молока или 0,5 ч. ложки лимонного сока.

МАСКИ С КРУПой

● Смешайте 1 ст. ложку творога с 1 ч. ложкой сливок (для жирной кожи — кислой сметаны или кефира) и 1 ч. ложкой измельченной в муку гречневой крупы. Нанесите смесь на кожу лица на 20-25 минут, затем аккуратно, без сильного нажима 1 минуту



помассируйте лицо и смойте маску теплой водой. После маски нанесите увлажняющий крем.

Маска питает кожу любого типа, удаляет омертвевшие клетки и препятствует образованию морщин. Используйте маску 1-2 раза в неделю.

● Измельчите до состояния муки 1 ст. ложку обычного, не пропаренного риса, а лучше — коричневого. Добавьте 2 ст. ложки свежего сока грейпфрута и 1 ст. ложку творога. Все перемешайте и нанесите смесь на кожу лица и шеи на 10-15 минут. Снимите маску влажным ватным тампоном и умойтесь теплой водой.

Маска хорошо разглаживает морщины на коже любого типа и предупреждает их появление. Но лучше делать такие маски 2 раза в неделю. Курс — 1 месяц.

● Измельчите до состояния муки 1 ст. ложку овсяной крупы или хлопьев, смешайте с 2 ст. ложками жидкого творога. Если смесь получилась густоватой, добавьте в зависимости от жирности кожи молоко или кефир.

Нанесите смесь на кожу лица и шеи на 15 минут, затем смойте чуть теплой водой.

Маска очищает и увлажняет кожу любого типа, обладает легким пилинговым эффектом.

ТОНИЗИРУЮЩАЯ МАСКА

● Измельчите до состояния порошка 0,5 ч. ложки сухой заварки зеленого чая (для увядающей кожи используйте черный чай). Разотрите полученный порошок с 1 ст. ложкой творога и добавьте немного заваренного зеленого чая, чтобы разбавить массу до состояния жидкой кашицы.

Нанесите смесь на кожу лица и шеи на 15 минут. Затем смойте маску чуть теплым разбавленным зеленым чаем.

Маска прекрасно тонизирует и разглаживает кожу любого типа.

МАСКА-СКРАБ

● Смешайте по 1 ч. ложке мягкого творога, сметаны, меда, если у вас нет на него аллергии, и мелкой поваренной соли. Нанесите маску на кожу лица толстым слоем на 15 минут,

затем мягко помассируйте лицо, смойте маску теплой водой и ополосните прохладной.

Маска убирает омертвевшие клетки кожи, увлажняет и возвращает здоровый вид коже любого типа.

ТРАВЯНАЯ МАСКА ОТ ВЕСЕННЕЙ БЛЕДНОСТИ

Если все эти маски значительно улучшили состояние кожи, но не избавили ее от весенней бледности, попробуйте использовать маску из трав.

● Смешайте по 2 ст. ложки сушеных цветков ромашки, липового цвета, лаванды и 1



ст. ложку шалфея. Травы измельчите в порошок и залейте кипятком, чтобы получилась густая кашица. Накройте крышкой и дайте постоять минут 30, чтобы травы набухли.

Травяную смесь нанесите на чистую слегка влажную кожу лица, шеи и области декольте, накройте марлевыми салфетками или бумажными полотенцами и оставьте на 15-20 минут. Затем снимите маску влажным тампоном и ополосните кожу чуть теплой водой.



ЦВЕТ ЛИЦА — ОТ ФРУКТОВ!

Психологи с удивлением обнаружили, что люди, у которых кожа имеет розовый или желтоватый оттенок, кажутся окружающим красивее остальных. Причем эти оттенки практически не заметны, человеческий глаз способен увидеть их только потому, что может различать несколько сотен оттенков цвета. А они, хоть и добавляют привлекательности, никак не связаны с загаром или макияжем. Ученые выяснили, что слегка желтоватой у человека кожа становится, если в его рационе много желтых овощей и фруктов, богатых каротином, а розовой, когда в нем присутствуют красные овощи, богатые ликопеном.

Чтобы кожа приобрела нужный оттенок и выглядела более красивой, нужно съедать по три порции овощей или фруктов ежедневно в течение шести недель. Не бойтесь, что ваша кожа станет оранжевой или красной, она приобретет едва уловимый глазом оттенок, который посторонние будут воспринимать, как здоровый цвет лица.

Хотите выглядеть красивой и здоровой? Налегайте на овощи и фрукты, у вас впереди все лето!

ПРИУЧИТЕ ГЛАЗА К СОЛНЦУ

Солнечные очки стали неотъемлемым летним аксессуаром, но все равно глазам, особенно у близоруких, сложно сразу привыкнуть к яркому солнечному свету, поэтому первое время приходится их щурить даже под темными очками.



Но можно натренировать свои глаза меньше реагировать на яркий солнечный свет.

■ Встаньте на краю густой тени: там, где сходятся свет и тень, или в освещенном солнцем дверном проеме. Одну ногу поставьте в тень, вторую на свет.

■ Закройте глаза и, сделав глубокий вдох, поворачивайте голову из стороны в сторону, чтобы закрытые глаза оказывались то в тени, то на солнце. Приподнимите голову так, чтобы солнечные лучи попадали в промежуток между краями сомкнутых век и бровями.

■ Поворачивайте голову до тех пор, пока закрытые глаза не перестанут вздрагивать и щуриться от солнечного света.

Несколько дней таких тренировок приучат глаза к солнцу.

НАТУРАЛЬНЫЙ РУМЯНЕЦ

Даже на бледном от природы лице он появляется во время физической нагрузки: зарядки или уборки квартиры. Рассмотрите его в зеркало, запомните и купите себе румяна именно такого цвета. Тогда они будут выглядеть на вашем лице абсолютно натурально, и если вдруг станет душно и жарко, вас что-то смутит или вы быстро подниметесь по лестнице, на вашем лице не будет румянца разного цвета.



РУМЯНА ПОВЕРХ ПОМАДЫ

Не всем нравится блестящая губная помада, да и для офиса больше подходит матовый макияж. Но матовая помада у многих создает ощущение сухости и стянутости кожи, которое часто бывает чисто психологическим.

Из этой ситуации есть простой выход. Многие просто наносят поверх блестящей помады немного пудры, а мы предлагаем заменить ее румянами подходящего к помаде оттенка. Они не так сушат кожу, как пудра, незаметны на губах, а, главное, дают возможность экспериментировать с разными цветами помады и оттенками румян, чтобы подобрать наиболее подходящее вам сочетание.

Подготовила Галина КРУПЕНИНА



ФИТНЕС В ПАРКЕ

Кому нужен этот душный спортзал? Парк или детская площадка – самое подходящее место для весенней тренировки. К тому же, вам не придется думать, чем занять детей во время ваших занятий, и еще один плюс – эта тренировка абсолютно бесплатна! Вы сможете проработать все мышцы тела, а также получить положительные эмоции и заряд бодрости!

Для мышц пресса

Сядьте на качели, возьмитесь за цепочки и отклоните корпус назад под углом в 45°. Вытяните ноги вперед, стопы держите вместе, носочки оттяните. Слегка разведите ноги в стороны, в форме буквы V, и выполняйте движение «ножницы», заводя одну прямую ногу над другой и чередуя их. При этом напрягайте мышцы пресса, чтобы удерживать качели в неподвижном состоянии. Выполняйте упражнение в течение 30 секунд, затем отдохните и повторите еще 2 раза.



Для мышц рук, плеч, спины

Возьмитесь за перекладину, находящуюся на уровне груди, хватом снизу, поставив ладони на ширину плеч. Вытяните ноги вперед, под перекладину и поставьте стопы на пятки. Ваша грудь должна быть под перекладиной. Сгибая руки в локтях, приведите грудь к перекладине и вернитесь в исходное положение. Выполните минимум 5 повторов упражнения, в дальнейшем доведя их количество до 12.



ЛЮБИМЫЙ АРОМАТ

Наверняка у вас есть любимые духи, аромат которых вы готовы нюхать постоянно. Не пожалейте немного духов и создайте своими руками всю линейку душистых средств по уходу за телом.

ПЕНА ДЛЯ ВАНН

Смешайте 1,5 стакана подсолнечного масла без запаха с 2 ст. ложками шампуня. Он может быть самым дешевым, главное, чтобы у него не было ярко выраженного аромата. Капните в смесь 10 капель любимых духов и взбивайте в течение 3 минут. Затем перелейте смесь в чистую бутылочку и закройте крышкой.

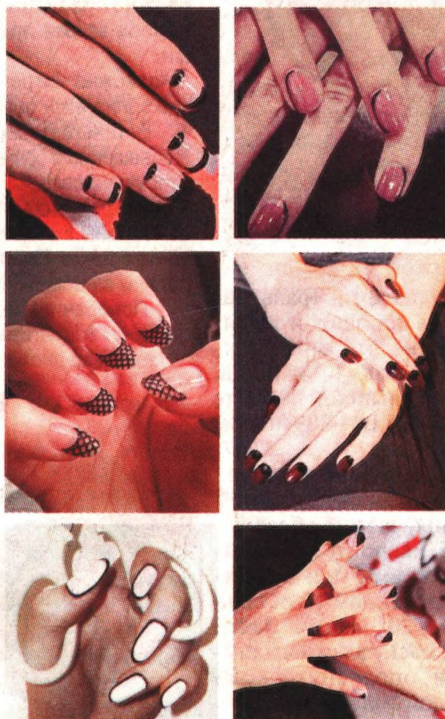
Набирая воду для ванной, вылейте в нее 3 ст. ложки самодельной пены.

МОЛОЧКО ДЛЯ ТЕЛА

Чтобы усилить любимый аромат после принятия ванны, желательно нанести на тело молочко с тем же запахом.

Купите молочко для тела без ярко выраженного аромата, обычно такие производят для чувствительной кожи, и добавьте в него несколько капель любимых духов.

После ванны с душистой пеной и молочка для тела останется только нанести духи, и вы можете быть уверены, что любимый аромат продержится до вечера.



ЭТЮД В ЧЕРНЫХ ТОНАХ

В этом сезоне в моде черный лак для ногтей. Не пугайтесь. Если вы станете использовать черный лак в маникюре так, как предлагают законодатели моды, вы не будете выглядеть представительницей движения готтов.

Особенно модно красить черным только лунки и сочетать черный с темно-бордовым лаком или наносить черный лак лишь на кончики ногтей (как во французском маникюре — белый), а можно провести тонкие полоски черного цвета по бокам ногтя, как бы обрамляя его, или нарисовать изящную черную сеточку на кончиках ногтей, небольшие треугольники черного цвета или нанести черный лак на уголки ногтей.

Главное, помните: черный лак лучше брать матовый, чем глянцевый, и сочетать его с прозрачным покрытием, в крайнем случае, с другим неярким лаком. Немного черного в маникюре — это так стильно!



Для мышц груди, плеч, рук

Станьте лицом к лесенке или перекладине на расстоянии вытянутой руки. Поместите руки на перекладину, находящуюся не выше уровня груди. Удерживая спину прямой и вес тела — на носках, согните руки в локтях, приближая грудь максимально близко к перекладине. После этого вернитесь в исходное положение. Выполните 12-15 повторов упражнения.



Для мышц бедер и ягодиц

Станьте спиной к нижней части детской горки в метре от нее и поместите на нее левую стопу, руки поставьте на пояс — исходное положение. На счет «раз» согните правую ногу так, чтобы бедро оказалось параллельно поверхности земли, при этом следите за тем, чтобы колено не выходило за уровень носка. На счет «два» вернитесь в исходное положение. Выполните 12-15 повторов упражнения на одну, затем на другую ногу.



Для мышц бедер, ног и талии

Станьте правым боком к ступеньке и поставьте на нее правую ногу. Перенесите вес на правую ногу и поднимитесь на ступеньку, одновременно вытягивая левую ногу в сторону. Носок не оттягивайте. Выполните 12-15 повторов на одну, затем на другую ногу.



Подготовила
Алисия ГРУЗДЕВА



АЙ, ДА КОЛЕЧКИ!

Какая женщина не любит украшать свои пальчики кольцами! Этим летом модно носить кольца не только на нижней, но и на средней фаланге. Можно — два кольца на одном пальце, можно — пять колец на каждом пальце, но на средних фалангах. Очень модны крупные перстни из прозрачных камней в виде цветка или веточки, закрывающей сразу два пальца. Любительницы крупных украшений могут носить широкие перстни на всю фалангу. И главное: никаких ярких кричащих цветов камней и только белый металл.



КОГДА КОЖЕ ТРЕБУЕТСЯ ДОПОЛНИТЕЛЬНОЕ УВЛАЖНЕНИЕ

Чем теплее становится на улице, тем больше времени мы проводим на воздухе, загораем, а на юге страны уже вовсекупаются. Значит, пришло время дополнительного увлажнения кожи. В каком случае следует сочетать обязательное молочко для тела с увлажняющим лосьоном, кремом или маслом?



- Чем чаще вы принимаете душ, тем больше смываете естественную кожную смазку, которая не дает испаряться влаге из кожи. То же самое происходит и с теми, кто любит нежиться в горячей ванне.
- Если в ожидании открытия купального сезона вы ходите в бассейн, ваша кожа нуждается в дополнительном увлажнении, так как хлорка, которой обеззараживают воду в бассейнах, сильно иссушает кожу.
- Те, кто любит загорать, начинают принимать солнечные ванны, когда на улице становится так тепло, что можно раздеться до купальника. При этом они забывают, что в мае солнце очень активное и почти всегда дует ветер. После таких солнечных ванн — с двумя иссушающими факторами сразу — следует не только обязательно, но и более интенсивно увлажнять кожу.
- Если в преддверии пляжного сезона вы сидели на диете и резко сбросили вес, не забудьте об усиленном увлажнении кожи, ведь вместе с весом уходит и тонус кожи, для восстановления которого требуется влага.
- Любые гормональные проблемы, так же, как прием гормональных лечебных препаратов и контрацептивов, очень сильно иссушают кожу, и без дополнительного увлажнения она становится похожей на пергаментную бумагу.
- Вы проводите депиляцию сами? Тогда знайте, что все способы депиляции вместе с волосками убирают и защитную пленку кожи, а значит, не только сразу после депиляции требуется увлажнение кожи, но и в течение нескольких дней после нее.

Подготовила Галина КРУПЕНИНА

На вопросы читательниц отвечает

кандидат медицинских наук акушер-гинеколог
Виолетта ЗАСЛАВСКАЯ

АДРЕС ДЛЯ ПИСЕМ:

394000, Воронеж, Г/п, а/я 537, «Веста»,
«Скажите, доктор...»

Полгода назад у меня был сильный стресс. После этого я сильно похудела, на 10 килограммов. А потом у меня прекратились месячные. Посоветовали проконсультироваться у гинеколога-эндокринолога, но мне не хотелось бы лечиться гормонами, так как, говорят, после их приема толстеют. Скажите, доктор, это неминуче? Если можно наладить цикл без гормонов, напишите, что для этого надо делать.

Причина аменореи в Вашем случае — не только стресс, но и резкая потеря веса. Поэтому восстанавливать цикл следует с нормализации массы тела. Постарайтесь наладить регулярное и полноценное питание, режим труда и отдыха, обрести душевное равновесие (стараться уходить от конфликтных ситуаций, чтобы не допускать стрессов). Хорошо бы поправиться килограммов на 5. После того как цикл восстановится, займитесь фитнесом, чтобы не располнеть. Все вышеперечисленные рекомендации называются «здоровый образ жизни». А значит, все в Ваших руках.

Я прочитала в инструкции по применению оральных контрацептивов, что при планировании беременности прием этих препаратов надо прекратить за три месяца до возможного зачатия.

Я решила прекратить прием оральных контрацептивов и перешла на контрацептин, но, несмотря на это, забеременела. Может ли такое случиться, что мой

будущий ребенок из-за этого родится с какой-нибудь патологией?

Если беременность наступает после приема оральных контрацептивов, никакой патологии быть не может. Эти препараты применяются для лечения бесплодия, и наступление беременности на их фоне — желаемый результат их применения.

Другое дело — местные контрацептивы. Эти средства обладают спермицидным действием, убивают и повреждают сперматозоиды, отчего они становятся не совсем полноценными. Поэтому применять такие местные противозачаточные средства, если в ближайшее время планируете беременность, не стоит.

Если же она все-таки наступила, надо тщательно обследоваться и наблюдаться у генетика, хотя, в принципе, вероятность какой-либо патологии у плода невысока.

Подскажите, что мне делать, если у меня непроходимость маточных труб, а делать продувание труб я не хочу. Можно ли вылечиться как-нибудь еще? Очень хочу родить ребенка.

Продуванием маточных труб бесплодие уже давно не лечат. Могу посоветовать попробовать лапароскопический метод — это одновременно и более точная диагностика, и лечение. Он сейчас очень распространен, потому что довольно эффективен. Проводят лапароскопию в крупных стационарах, где есть отделения эндоскопической гинекологии. Но даже если выяснится, что восстановить проходимость труб этим способом невозможно, у Вас остается еще один вариант: экстракорпоральное оплодотворение.



ОЧКИ — ДЛЯ СВЕТЫХ ГЛАЗ

Считается и, наверное, не без оснований, что по светлым глазам легче узнать мысли и даже чувства их обладателя. Черные глаза во все времена казались загадочными и даже магическими.

Но отличие светлых глаз от темных гораздо глубже. Серые, голубые и зеленые глаза гораздо чувствительнее к солнечному свету, чем карие. Более того, британские медики считают, что роговица светлоглазых вдвойне чувствительнее и к боли, и к давлению, чем темноглазых.

Голубоглазые и сероглазые хуже адаптируются к перемене климатических условий, особенно связанных с повышением интенсивности солнечного излучения.

Повышенное возбуждение, нервозность и скачки артериального давления тоже мучают больше светлоглазых людей. Вывод? С наступлением солнечных дней голубоглазым, зеленоглазым и сероглазым красавицам просто необходимо приобрести солнцезащитные очки и носить их до окончания теплого, а главное — солнечного сезона. Эта простая мера поможет вам уберечь зрение. К тому же, это — модно.

ЧУДО-ФРУКТ — ГРЕЙПФРУТ

Если вы справедливо считаете, что фрукты, заготовленные в августе или сентябре прошлого года, к маю текущего подрастеряли почти все свои полезные витамины, обратите пристальное внимание на цитрусовые. Вот в них-то витамины сохранились до сих пор. А нужны нам не только витамины.

Вот, например, грейпфрут. В нем, кроме витамина С, еще много пектина. А он снижает уровень холестерина в крови, очищает сосуды и служит очень хорошему делу: профилактике склероза. Причем, если витамин С содержится в сочной мякоти плодов, то самые полезные для сосудов вещества — в белой горькой мясистой его части — под кожицей.

ВКУСНОЕ ЛЕКАРСТВО ОТ СТРЕССА



Что же это такое? Представьте себе — мороженое. Молоко и сливки, из которых его делают, содержат замечательное вещество — триптофан. А это — природный транквилизатор, способный успокаивать нервную систему, помогать от бессонницы и поднимать настроение. Так что, используйте сезонное лакомство не только для удовольствия, но и как мощное средство борьбы со стрессом.

ОТВЕТЫ мамам



В первые три месяца у моей малышки явно косили глазки. Это хорошо было видно при кормлении грудью,

рассматривании близко расположенных предметов. Потом я стала замечать это реже. Нужно ли обращаться к офтальмологу? Может, само пройдет?

Косоглазие может и само пройти, но лучше сначала оценить самим основные моменты развития зрения у малыша. Это Вы сможете сделать, постоянно наблюдая за ребенком.

Реакция малыша на свет

Если в тот момент, когда в комнате ребенка включается свет, он отворачивает голову, зажимает глазки, выказывает иные признаки недовольства, это — норма. Ребенок инстинктивно защищает свои глаза, помогая им адаптироваться к яркому освещению. А вот если малыш никоим образом не реагирует на яркое освещение, особенно на свет, включенный в темной комнате внезапно, необходимо насторожиться. Здесь возможно два объяснения: либо Вы являетесь родителем не-реально спокойного ребенка, либо у Вашего крохи присутствуют определенные проблемы со зрением.

Определение расположения различных предметов

Очень важным фактором хорошего зрения является умение ребенка следить взглядом за движущимся предметом, не теряя его из поля зрения. Даже совсем маленькие крохи

обнаруживают это умение, следя глазками за мамой, погремушкой. Если же вашему малышу не удастся этого сделать, покажите его врачам: и не только офтальмологу, но и невропатологу, так как неспособность ребенка следить взглядом за предметами может свидетельствовать также о наличии нарушений со стороны центральной нервной системы.

Почему грудные дети «косят»

Сразу после рождения ребенок еще не может видеть хорошо. Это умение он приобретает постепенно, к семи годам.

В первые месяцы малыш учится распознавать предметы, цвета, контуры и формы. Чуть позже он видит свои руки, начинает координировать движения между глазами и рукой, а его мозг учится сопоставлять, оценивать и делать выводы из ощущений от разных органов чувств. В каждом глазу находится 6 мышц, отвечающих за его движение. Очень важно, чтобы все части глаза развивались правильно, а усилия мышц были сбалансированы. В первые 3 месяца жизни взгляд может быть дискоординированным и оба глаза периодически сходятся к переносице. При отсутствии других заболеваний это нормально. Впоследствии оба глаза должны «выровняться». В некоторых случаях (у детей с широкой переносицей) косоглазие может быть кажущимся. Но если после 4 месяцев жизни глаза Вашего ребенка смотрят не в одну точку большую часть времени, обязательно обратитесь к офтальмологу.

На вопрос отвечала врач-педиатр, кандидат медицинских наук
Александра ЕМЕЛЬЯНОВА

На вопросы отвечает
врач-дерматовенеролог,
кандидат медицинских наук
Ольга ДЕМЬЯНОВА



Мне 31 год. Два года назад вышла замуж. Все это время мы пытались зачать ребенка, но ничего не получилось. Недавно муж поработал электросваркой без маски и у него сильно воспалились глаза. Обратился к окулисту (правда, не сразу, а дней через пять), и у него нашли хламидии глаз. Объяснили, что это инфекция, которая передается половым путем, а через кровь попадает в глаза. Рекомендовали провериться у венеролога. Мы оба прошли обследование. У него ничего не обнаружили, а у меня нашли хламидии и уреаплазмы. Получается, что он заболел от меня? У меня никаких симптомов ни со стороны половых органов, ни со стороны глаз нет, и раньше не наблюдалось. Я за здоровьем слежу, у

окулиста бываю каждый год, так как работаю за компьютером и глаза периодически начинают видеть хуже; гинеколога посещаю регулярно, правда, раньше такие анализы (ПЦР) не сдавала. Возможно ли такое?

Очень даже возможно. Хламидиоз — многоочаговая инфекция. Лучшее всего хламидии чувствуют себя в слизистых, выстланных цилиндрическим эпителием: уретра, канал шейки матки, конъюнктив. Этим, кстати, объясняется, что у женщин хламидиоз редко проявляется симптомами со стороны влагалища (патологические выделения, жжение, зуд). Влагалище покрыто плоским эпителием, не подходящим для хламидий. Поэтому инфекция сразу внедряется в шейечный канал, а оттуда поднимается в вышележащие отделы, вызывая воспалительные процессы в органах малого таза. Как раз неудачи в зачатии вполне могут быть следствием хламидиоза.

Кто кого заразил, в случае хламидийной инфекции, недоказуемо, так как отрицательный результат анализа не

100%-ная гарантия отсутствия инфекции. Все-таки лабораторная диагностика не суперсовершенна, кроме того, при длительном течении инфекции она «уходит» вглубь тканей и не всегда может быть выявлена с первой попытки. Вот для этого и обследуют всех половых партнеров, чтобы повысить вероятность обнаружения «врага».

Хламидии передаются не только половым путем. Особенно это актуально, если речь идет о хламидиозе глаз. Полотенца, постельное белье могут прекрасно служить для передачи хламидий. Руки, которые не помыли после туалета, а потом потерли ими глаза, также могут участвовать в аутопередаче хламидий из одного очага в другой. Дети и старики, не живущие половой жизнью, частенько заражаются хламидиозом в семье через предметы обихода. Поэтому существует понятие «семейный хламидиоз».

Таким образом, нет худа без добра! Не обожги Ваш муж глаза сваркой, так бы и жили вы оба со своими хламидиями. А теперь пролечитесь, и, глядишь, ребеночек получится.

ДЕРМАТОЛОГ ОТВЕЧАЕТ

Кандидат
медицинских наук

Ольга ДЕМЬЯНОВА

Сыну 29 лет. У него сильно поредели волосы на макушке, а на лбу вообще залысины. Это началось еще на последних курсах института, но тогда было не так заметно. Он ужасно переживает по этому поводу, стал замкнутым, общается больше в Интернете, чем в жизни. У его отца была та же проблема: к 40 годам он практически облысел (остался венчик на висках и затылке). Но он военный, всегда стригся налысо и на этот счет не заморачивался. Я понимаю, что сына ждет тот же исход. Можно ли чем-то помочь? Если не восстановить, то хотя бы затормозить выпадение волос?

У Вашего сына имеет место андрогенетическое облысение (его еще называют облысением по мужскому типу). По сути, это нормальное явление, свойственное как мужчинам, так и женщинам с возрастом. Даже у приматов имеет место такой тип облысения. Андрогенетическое облысение выглядит своеобразно: залысины на лбу, поредение волос на темени, затем эти очаги постепенно увеличиваются и сливаются. При этом волосы в затылочной и височных областях не затрагиваются. Такая картина обусловлена разной чувствительностью фолликулов разных областей к андрогенам (мужским половым гормонам). Как можно догадаться, волосные луковицы лобно-теменной зоны влиянию гормонов подвержены в наибольшей степени.

Почему у одних к 25 годам светится лысина, а у других и в 90 пышная львиная грива? Генетика! Уровень андрогенных гормонов, количество рецепторов и их чувствительность к стимуляции значительно отличаются у разных людей. И против генов пока не попрешь.

На данном этапе есть два реальных варианта борьбы с таким типом облысения: местные средства, содержащие миноксидил, и пересадка волос из гормоннезависимых зон. Препараты миноксидила (например, «Генеролон», «Регейн» и др.) применяются ежедневно длительно. Эффект развивается через 3-4 месяца от начала лечения. После прекращения применения препаратов через 3-4 месяца все возвращается на круги своя.

Мне 36 лет. В прошлом никаких кожных заболеваний не было, в семье тоже никто этим не страдает. В течение 3 лет наблюдается следующая картина: в конце осени и в начале весны (когда ходят всякие вирусные инфекции) я заболеваю ОРВИ. Болею, как правило, легко. Но, кроме боли в горле, насморка, небольшой температуры, появляются кровавые пузырьки на губах и во рту, а также волдыри сиреневого цвета на ладонях и подошвах. Все это горит и болит, на ноги наступить бывает сложно. Проходит простуда, через неделю проходит и сыпь, остается оползающая кожа на ладонях и подошвах, как после солнечного ожога. Я уже стала панически бояться простыть! Обливаюсь по утрам ледяной водой, не выхожу из дома, не смазываю нос оксолиновой мазью, регулярно ношу маску. Но все равно это случается: работаю кассиром в большом магазине, соответственно — все вирусы мои. Одно приятно: это не заразная болезнь, никто из моих близких от меня за три года не заразился. К кому обратиться, чтобы избавиться от этой напасти?

Обратиться Вам нужно к дерматологу. То, что Вы описали, весьма напоминает многоформную экссудативную эритему. Она как раз и проявляется пузырьками на губах и во рту, а также отеками синюшными пятнами на ладонях и подошвах. Это заболевание поддается лечению, однако может рецидивировать. Для предотвращения рецидивов нужно понять провоцирующий фактор.

Многоформная экссудативная эритема бывает двух типов: инфекционно-аллергическая и токсико-аллергическая. В первом случае провоцирующим фактором служит инфекция (вирусная, бактериальная). При этом типе рецидивы чаще случаются в осенне-зимний период, когда наблюдается подъем заболеваемости гриппом и ОРВИ. В этой ситуации основная роль отводится санации очагов хронической инфекции и иммунокоррекции.

Во втором случае провокатором развития заболевания служит какое-либо вещество, часто лекарство. При этом очень часто многоформная экссудативная эритема провоцируется лекарствами, которые применяют при ОРВИ: жаропонижающими, обезболивающими, противомикробными (сульфаниламидами в особенности). Кстати, малина, которую многие используют при простуде, содержит салицилаты (вещества типа аспирина), которые могут стать причиной высыпаний. Короче, при данном типе заболевания нужно вычислить причинный препарат и никогда больше его не употреблять ни в каком виде.

В Вашем случае может быть и то, и другое. До похода к врачу проанализируйте, используете ли Вы лекарства при простуде и, если да, то какие (капли в нос, глаза и уши; спреи, ингаляторы, пастилки и леденцы с лечебным эффектом тоже учитываются).



ДЕТСКАЯ ТЕХНИКА БЕЗОПАСНОСТИ И УДОБСТВА

Как правило, родители пристально следят за безопасностью своих детей, учат их не совать пальцы в электрические розетки и убирают подальше от шаловливых ручонок острые предметы. Но в обыденных ситуациях кажется, что никакая опасность ребенку не грозит, а обожженный едой рот или натертая ремнем безопасности шея — это всего лишь мелкая неприятность. Сегодня речь пойдет о том, как уберечь ребенка от мелких травм и сделать его жизнь комфортной.

ПРОБА НА ГОРЯЧЕЕ

Моей дочери пять лет, а она до сих пор боится обжечься едой. Поэтому подолгу сидит над тарелкой, ждет, пока еда остынет, и потом ест холодную. Я пыталась ее убеждать, пробовать еду из ее тарелки, чтобы показать, что она не горячая. Но ничего не помогает. Что делать?



Девочка, очевидно, когда-то сильно обожгла слизистую во рту, поэтому теперь боится есть горячую еду. Научите ее делать «пробу на горячее». Для первого блюда, каши и горячих напитков есть прекрасный показатель того, что они остыли. Как только над кружкой с чаем перестает подниматься пар, значит, жидкость уже не горячая, и ее можно пить. Картошку, мясо, макароны следует перед тем, как отправить в рот, чуть-чуть прислонить к губам. Они определяют температуру еды ничуть не хуже, чем язык, но кожа на губах немного плотнее, чем во рту, и ее не так легко обжечь. К тому же выглядит это гораздо эстетичнее, чем когда ребенок пробует еду языком.

Превратите определение температуры еды в увлекательную игру на тестирование. Разработайте градацию: сильно горячая еда, просто горячая, очень теплая и так далее. И еще: следите, чтобы дочь не оставляла в тарелке или кружке ложку. Металл сохраняет высокую температуру дольше, чем жидкость, и обжечься можно о саму ложку, в то время как набранная в нее еда уже негорячая.



ОТПРАВЛЯЯСЬ НА ПРОГУЛКУ

Обычно у складных детских прогулочных колясок внизу над колесами есть емкость, в которую можно положить игрушки для песочницы. Но какая мама согласится положить в пыль, летящую из-под колес, бутылочку с водой, запасную соску, сменную одежду или памперс? К тому же, надо взять с собой на прогулку с ребенком хотя бы ключи от дома и сотовый телефон. На все это карманов не хватит, вот и приходится мамам носить с собой сумку. Она мешает вести коляску, с ней невозможно взять ребенка на руки...

Предлагаем ликвидировать эту недоработку конструкторов и облегчить себе жизнь.

Сшейте из плотной ткани обычный мешок, ширина которого равна расстоянию между ручками коляски. Когда будете кроить мешок-сумку, по верхнему краю выкроите «ушки» — полоски шириной 3-4 см и длиной 10 см. На них надо пришить липучки, чтобы мешок-сумку можно было вешать на ручки коляски. Если вы не умеете шить, но хорошо вяжете, такой мешок можно связать. В идеале, желательно делать его двойным или с перегородкой, чтобы в одно отделение класть свои вещи, а в другое — детские.

Подготовила Галина УШАКОВА

В ДОРОГУ ДАЛЬНЮЮ

Начинается теплое время года, значит, впереди многочисленные поездки за город, на дачу, в гости, в отпуск. По правилам дорожного движения, ребенок в автомобиле обяза-

тельно должен быть пристегнут ремнем безопасности, который довольно плотно прилегает к телу. Даже взрослым это не очень приятно, а дети и не любят, и побаиваются его, потому что ремень касается шеи малыша и может больно натирать кожу. К тому же, дети в дороге часто засыпают, положив голову на ремень, и назвать такое положение головы приятным тоже нельзя. Чтобы ремень не раздражал ребенка, а в дороге ему было удобнее спать, сшейте на ремень безопасности мягкий чехол из ткани, подбитой синтепоном. А если вы сделаете чехол шире ремня сантиметров на 15-20, на него можно будет класть голову, как на маленькую подушку. Чтобы чехол было удобно снимать и надевать, вшейте в него разъемную молнию по всей длине или сделайте его на липучках. Для самого чехла выберите мягкую ткань — хлопок или трикотаж. И не забывайте стирать чехол после каждой поездки, ведь ребенок прикасается к нему нежной кожей.



ОДЕЖДА ДЛЯ ДЕТЕЙ ОТ РОЖДЕНИЯ И ПОСТАРШЕ

ТЕРЕМОК

Все как в сказке:
и цена, и качество!

Воронеж
ул. Липовая, 2 (ост. Северный универсам) тел.: (4732) 392 213, 392 813

КРАСОТА С КРАСНОЙ КОВРОВОЙ ДОРОЖКИ

Хотите выглядеть так же неотразимо, как знаменитости на красной ковровой дорожке? Известные стилисты и сами звезды раскрывают 15 своих самых главных секретов красоты!

БЕЗУПРЕЧНОЕ ЛИЦО

Пудра очень сушит кожу, но в то же время без нее не обойтись, если нужно продержаться под софитами несколько часов. Чтобы кожа лица БЕЙОНСЕ выглядела безупречно, ее визажист пользуется таким приемом: прежде, чем нанести пудру на лицо, он слегка обмакивает кисть в увлажняющий флюид (более легкую по текстуре версию увлажняющего крема), а затем — в рассыпчатую пудру, и уже потом покрывает ею лицо. Этот секрет позволяет пудре держаться на лице долго, не скатываясь и не высушивая кожу, и обеспечивает матирование.



используют такую хитрость: они заплетают тоненькие косички, начиная от висков, и ведя их назад, а затем прикалывают на затылке. Минифейслифт обеспечен!

НЕ ТОЛЬКО ПЛАТЬЕ, НО И БЕЛЬЕ

Как правило, наряды для красной ковровой дорожки шьют из очень тонких и деликатных тканей: атласа, шифона, трикотажа. Понятно,

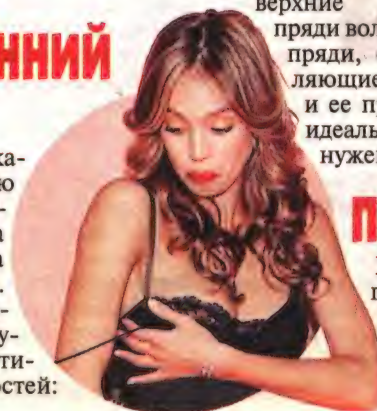


что под такие платья нужно очень тонкое белье. Но! Наверняка, по собственному опыту вы знаете, что насколько бы тонкими ни были трусики,

под нежными, изящными тканями все равно выделяются линии резинок и рельеф кружева. Как добиться идеальной гладкости? Очень просто! Звездные стилисты нашли выход: они обрезают тонкие бесшовные колготки, а короткие шортики из них предлагают своим подопечным в качестве белья. Вуаля! Такие трусики никак не выделяются под легкими платьями.

ПОМОЖЕТ ДВУСТОРОННИЙ СКОТЧ

Легкие и гладкие ткани имеют тенденцию спадать с плеч, а бретельки бюстгалтера — сползать вниз, на всеобщее обозрение. Чтобы этого не произошло с вами, поступите, как советуют стилисты знаменитостей:



прикрепите их к платью с изнаночной стороны двусторонним скотчем, и вам не придется постоянно их поправлять и даже думать о том, все ли у вас на месте.

ТУФЕЛЬКИ-ПОДРУЖКИ



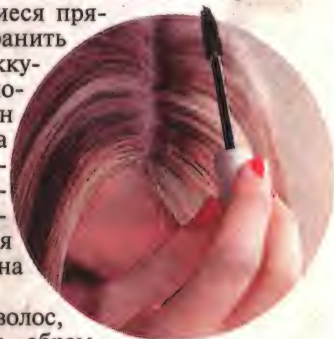
Ваши новые туфельки — просто чудо! Вы с нетерпением ждете той минуты, когда вам предстоит их надеть на праздник. Но они могут стать вашими главными врагами и все испортить. Ведь неразносшенная, неудобная новая обувь может стать источником невероятных мучений, а кроме

этого, новая подошва бывает очень скользкой, что повышает ваши шансы растянуться на полу в нелепой позе на виду у всех. Как же приручить новые туфельки и превратить их в своих верных друзей-подружек? Воспользуйтесь хитростями стилистов манекенщиц. Перед длительными показами модели обязательно устраивают «тест-драйв» обуви, в которой им нужно будет выходить на подиум: обувая туфли и ходят в них не менее четырех часов. А скользкую подошву натирают жесткой наждачной бумагой.

ЧТОБЫ ВОЛОСЫ НЕ РАЗЛЕТАЛИСЬ

Волосы ДЖЕННИФЕР ЭНИСТОН до сих пор остаются идеалом. Укротить разлетающиеся пряди и сохранить

прическу аккуратной ей помогает один секрет. Она наносит немного прозрачного геля для бровей на верхние



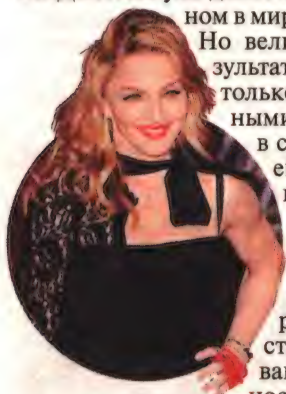
пряди волос, пряди, обрамляющие лицо, и кончики волос, и ее прическа всегда выглядит идеально. Никакой фотопшоп не нужен!

ПОЗИРУЕМ!

Хотите превосходно выглядеть на фото? Присмотритесь к ПЭРИС ХИЛТОН. Большинство ее снимков сделаны в од-

ВЕЛИКОЛЕПНЫЕ РУКИ И ПЛЕЧИ

Стройные, подтянутые плечи и руки МАДОННЫ уже давно остаются эталоном в мире шоу-бизнеса.



Но великолепный результат достигается не только изнурительными тренировками в спортзале. Если ей приходится выходить на публику в платьях, открывающих взгляду плечи и руки, визажисты подчеркивают их стройность, нанося

немного бронзанта или автозагара на естественные линии вдоль ключиц, плеч и мышц на руках.

МОМЕНТАЛЬНЫЙ ЛИФТИНГ

Ботокс — не единственный способ борьбы с дряблостью кожи и морщинами. Стилисты звездных студий красоты

ной и той же позе: туловище развернуто вполборота к камере, одно колено слегка согнуто, рука на бедре, подбородок опущен, загадочный взгляд направлен из-под полуопущенных ресниц. Свою коронную позу Перис долго отрабатывала перед зеркалом. Именно она позволяет ей всегда выглядеть стройной, эффектной и безупречной.

СИЯЮЩИЙ ВЗГЛЯД

Чтобы взгляд на фото был более ярким и сияющим, МИРАНДА КЕРР пользуется не очень жирным блеском для губ: она



наносит небольшое его количество на внешние уголки верхних век и под бровями.

ВОЛОСЫ, КАК У КЭТРИН ЗЕТА-ДЖОНС...

Перед ответственными мероприятиями знаменитая актриса балует свою шевелюру маской из пива, рецепт которой подсказал ей ее стилист. После того, как она вымоет голову и подсушит волосы полотенцем, актриса наносит на слегка влажные волосы полстака пива, слегка массирует кожу головы, надевает полиэтиленовую шапочку для душа и оставляет на пять минут, после чего ополаскивает волосы. Эта процедура позволяет избавиться от излишнего скопления остатков продуктов для укладки на волосах, делая их мягкими и послушными.



...И ДЕНИЗ РИЧАРДЗ

У этой красавицы тоже есть своя любимая маска для волос: нужно размять в

пюре мякоть половинки авокадо и добавить чайную ложку оливкового масла. Нанести смесь на волосы на десять минут, затем смыть теплой водой. Стилисты уверяют, что эта маска обеспечивает волосам глубокое увлажнение и придает необычайную шелковистость и блеск.



ДОЛГОЙ ДВОИНОЙ ПОДБОРОДОК!

Как избавиться от двойного подбородка за считанные секунды без липосакции? По мнению звездных косметологов, быстрее, но, к сожалению,



временное решение этой проблемы поможет обеспечить антицеллюлитный крем с кофеином. Нанесите его небольшое количество на кожу вдоль подбородка и челюстей и

шею. Кофеин окажет всасывающий эффект на жидкость, находящуюся в коже этой области, и подтянет ее. К тому же светоотражающие частички, зачастую содержащиеся в подобных кремах, сделают кожу зрительно более ровной и упругой. В зависимости от крема, эффект способен сохраниться до пяти часов.

ИДЕАЛЬНАЯ ПОДВОДКА

Подводка «кошачий взгляд» остается неотъемлемым атрибутом мажоранты для церемонии вручения Оскара еще с 1969 года, когда БАРБРА СТРЕЙЗАНД появилась на сцене со знаменитым



начесом и изогнутыми стрелками на веках. Сегодня «кошачий взгляд» также суперпопулярен. Стилисты все же раскрыли секрет идеальной подводки: перед тем, как наносить айдлайнер, прикрепите небольшой кусочек скотча от внешнего уголка глаза по направлению к виску и на верхнее веко, чтобы обозначить траекторию линии. Теперь нарисуйте стрелку вдоль линии скотча, после чего удалите его. У вас получится безупречная подводка без проблем и лишних усилий!

3D ЭФФЕКТ ДЛЯ ГУБ



ЛИЗА РИННА использует простой, но эффективный прием для того, чтобы ее губы выглядели более соблазнительными: в тюбик с обычным блеском для губ она добавляет несколько капель масла корицы. Оно слегка раздражает кожу губ, и они выглядят более яркими и пухлыми.



ЗАВИВКА ДЛЯ РЕСНИЦ

Чтобы ресницы выглядели длинными и пушистыми, их необходимо завить. Для этого стилисты пользуются



специальными нагревающими приборчиками для завивки. Если у вас его нет, можно воспользоваться простым прибором для завивки ресниц, но для начала нагреть его с помощью фена. Если же у вас нет и его, нагрейте феном (или подставьте под горячую струю воды) обыкновенную ложку и загните ресницы с ее помощью в три приема: 1) поместите ложку вдоль линии верхних ресниц, 2) прижмите пальцем ресницы к краю ложки, 3) вращайте ложку одной рукой, а пальцем вытягивайте ресницы вверх, закругляя их вокруг края ложки.

ВЕТЛА, или ива белая

Salix alba L.



Крупное дерево из семейства ивовых высотой 15-20 метров (до 30 м) с огромной шаровидной кроной.

Отличается толстым стволом, диаметр которого достигает до 1 метра. Ствол покрыт пепельно-серой корой, наружные слои которой растрескиваются на глубокие и широкие трещины. Листья очередные, с короткими черешками, ланцетные, длиной до 15 см, с заостренной верхушкой, мелкопильчатые по краю пластинки, снизу, а иногда и с обеих сторон серебристо-шелковистые, почему ветлу зовут нередко ивой серебристой. Стволы молодых растений также покрыты серебристым опушением, которое позже опадает.

Как и все другие представители семейства ивовых, ветла — двудомное растение.

Плод — коробочка с многочисленными семенами, напоминающими пух тополя. Размножается ива семенами, которые быстро теряют всхожесть, а также стеблевыми черенками, корневыми отпрысками и за счет укоренения опавших веток. Ее часто разводят стеблевыми черенками упрощенным способом: втыкая в почву колья из ее ветвей.

Цветет ветла в апреле-мае, одновременно с распусканием листьев. Плоды созревают через 4-5 недель после цветения, и семена быстро разлетаются на большие расстояния. Ветла быстро растет и живет более 100 лет.

Ее высаживают на деревенских улицах, ею обсаживают пруды, особенно земляные плотины, попутно укрепляющиеся за счет пронизывающих их корней.

Лекарственное сырье — кора ивы. Заготавливают ее ранней весной во время сокодвижения с деревьев 6-7-летнего возраста. Снятую кору разрезают на куски, хорошо подвяливают на солнце и досушивают в сушилке при температуре 50-60°. Готовое сырье должно не гнуться, а ломаться. Хранить его в картонной таре можно до 4 лет.

В народной медицине используют также кору ивы козьей, ивы остролистной (вербы) и других видов этого рода.

Кора содержит дубильные вещества, гликозид салицин, флавоноиды, витамин С, смолистые вещества.

Отвар коры оказывает обезболивающее, кровоостанавливающее, успокаивающее, ранозаживляющее, антисептическое, жаропонижающее, вяжущее, противомаларийное и противоглистное действие.

Его применяют при различных неврозах, головной боли, невралгии, простудных заболеваниях, ревматизме, подагре, малярии, гастритах, воспалительных заболеваниях кишечника, желтухе, заболеваниях печени и селезенки (в периоды, когда они насыщены большими дозами токсинов), воспалении мочевого пузыря.

В народной медицине ивовые растения чаще всего употребляли при лихорадочных заболеваниях: ивовую кору заваривали и пили по чайной чашке в день при перемежающейся лихорадке, с этой же целью ели «шишечки» (почки) вербы или же скребли кору, заваривали ее кипятком и пили настоем.

Кору вербы, растертая в порошок, заменяла хину. Водный настой ветвей с листьями и соцветиями применяли при сердечных и головных болях. Кору ивы употребляли также от чахотки: ее парили в горшке, замазанном тестом, и пили вместо кваса. Из коры ивы белой готовили ванны для больных, страдающих ломотой, а также при женских болезнях.

В научной медицине из коры ивы готовили прототипы современного аспирина.

● **При плевритах, хронических колитах, дизентерии** применяют отвар коры ивы. 15 г измельченной коры заливают 1 стаканом горячей воды, настаивают на кипящей водяной бане 30 минут, процеживают в горячем виде через 2-3 слоя марли и доводят объем до исходного. Принимают по 1 ст. ложке 3-4 раза в день до еды.

Можно 1 ч. ложку мелко нарезанной коры залить 1 стаканом кипятка, настоять до охлаждения, процедить и принимать по 1 ст. ложке 4-5 раз в день до еды.

● **При колитах, гастритах, хронических поносах, геморроидальных и других кровотечениях** принимают порошок из высушенной коры ивы по 1 г 3 раза в день перед едой.

● **При кожных заболеваниях, периферических язвах, фурункулезе и потливости ног**, а также в виде полосканий при воспалении слизистых оболочек ротовой полости и носоглотки, народная медицина рекомендует настой коры ивы.

1 ст. ложку измельченной коры заливают 2 стаканами кипятка в термосе, настаивают в течение 6 часов, затем процеживают и выпивают в 3 приема за 20-40 минут до еды.

● **При мышечном утомлении** 2 ст. ложки измельченной коры кипятят в 2 стаканах воды на медленном огне 15-20 минут. После остывания принимают по 1-2 ст. ложки 3-4 раза в день перед едой.

● **Для остановки кровотечений, при трудно заживающих язвах, нарывах и других воспалительных состояниях кожи**, а также при гангрене, возникшей в результате обморожения, применяют порошок из коры ивы в виде присыпок.

● **Для лечения желтухи** на Руси использовали отвар: 60 г сушеной коры ивы кипятят 10 минут в 1 л воды, настаивали в течение суток, затем процеживали и принимали по 0,5 стакана 3 раза в день перед едой.

● **При головной боли** помогает настой из растертой в порошок коры вербы: 1 ч. ложка на 1 стакан кипятка, настаивать 6-7 минут, процедить и выпить сразу.

● **При солнечном (тепловом) ударе** пострадавшего обкладывают листьями ивы.

● **При ларингите** 1 ст. ложку сухого измельченного сырья кипятят в 2 стаканах воды 20 минут, процеживают, доводят объем до исходного и используют для полоскания горла.

● **При обильных менструациях** отвар, приготовленный по этому же рецепту, принимают по 1-2 ст. ложки 3-4 раза в день.

При подагре 1 ст. ложку сухого измельченного сырья кипятят в 1 стакане воды 30 минут, процеживают, доводят объем до исходного и принимают по 1-2 ст. ложки 3-4 раза в день.

Лилия ГЛЕБОВА





КОМПОЗИЦИЯ В СТИЛЕ ПОТ-Э-ФЛЕР

Это направление стало популярным в 60-е годы XX века и позволяет сочетать в себе как комнатные, так и срезанные растения.

Этот способ можно использовать, если вы сомневаетесь, можно ли сажать разные растения вместе или им необходим разный уход.

Добавьте срезанные цветы, и у вас получится композиция в стиле пот-э-флер.

Вам понадобятся:

- деревянный ящик
- комнатные растения в плошках
- оазис для цветов
- срезанные цветы
- емкость с водой для срезанных цветов.

1. Возьмите деревянный ящик. Продумайте, как будут располагаться в нем цветы.

2. Установите плошки с комнатными растениями в ящик, регулируя высоту с помощью оазиса. Хорошо будут смотреться ползучие комнатные растения, которые, плавно свисая, замаскируют края ящика.

3. В емкости с водой установите срезанные цветы, например, из вашего сада. Это могут быть гладиолусы, пионы или даже подсолнухи.

4. Чтобы скрыть края плошек и емкостей, выложите их мхом.

Композиция готова. А срезанные цветы Вы можете менять по настроению и каждый день наслаждаться обновленной композицией.

Подготовила Мария СТАРОДУБЦЕВА

ЦВЕТОЧНЫЕ КОМПОЗИЦИИ, ИЛИ МИНИ-САДИКИ

Создавать композиции из комнатных растений — занятие очень увлекательное и несложное. Как это можно сделать?

КОМПОЗИЦИЯ В ВАЗЕ

Высаживая растения в одну емкость, необходимо помнить, что правила ухода за ними должны совпадать. Лучше всего на эту роль подойдут кактусы и суккуленты. Также можно использовать алоэ, сансевиеру, толстянку.

И кактусы, и суккуленты неприхотливы и легко приспосабливаются к любой среде, а смотрятся очень эффектно и способны украсить интерьер вашей квартиры. Всего за 20 минут можно создать мини-садик своими руками.

Вам понадобятся:

- широкая стеклянная ваза любой формы
- белые камешки
- различные виды кактусов и суккулентов
- грунт
- лопатка.

1. Выложите на дно вазы камешки (можно использовать гальку или керамзит), чтобы обеспечить дренаж во время полива.

2. Поверх гальки выложите слой грунта.

3. Высадите кактусы и суккуленты в почву, группируя их по вашему усмотрению. Обеспечьте небольшое расстояние между растениями.

4. Присыпьте слой почвы тонким слоем мелкой гальки.

Ваш мини-садик готов!





ОДУВАНЧИКИ НА ДОРОЖКАХ

На садовых дорожках между плитками и кирпичами часто прорастают одуванчики, которые не только портят вид, но и мешают ходить. Одуванчики вообще трудно полностью вырвать с корнем, а выудить их из узких щелей между кирпичами практически невозможно. Но, по счастью, для борьбы с одуванчиками есть очень простое и действенное средство. Удалите с дорожек одуванчики, насколько это возможно, а затем засыпьте просветы между плитками или кирпичами толстым слоем обычной пищевой соды и из лейки осторожно тонкой струйкой пролейте просветы водой, чтобы растворившаяся сода ушла в почву. Одуванчики обожают кислую почву и совсем не переносят щелочную. Добавив в просветы соду, вы сделаете почву щелочной, что одуванчикам вряд ли понравится. Процедуру нужно будет повторить несколько раз, чтобы извести из щелей между плитками даже самые стойкие экземпляры.

ГЛУБОКИЙ ПОЛИВ

Все знают, что высаженную рассаду надо несколько дней подряд хорошо поливать. Тогда она приживется. А как быть тем, кто может приехать на дачу только на выходные? От воскресенья до пятницы рассада может засохнуть, а если и выживет, то прижиться будет плохо.

Этого не случится, если вы заранее позаботитесь о том, чтобы рассада получала полив и в ваше отсутствие. Во время посадки рядом с кустиками рассады вкопайте пластиковые бутылки с обрезанными доньшками. В стенках бутылок следует предварительно острым шилом или нагретой на огне иглой проколоть очень маленькие дырочки. Перед отъездом с дачи налейте в бутылки воду. Она будет постепенно просачиваться сквозь дырочки в почву, обеспечивая рассаду необходимой влагой.

А если использовать такой способ полива в течение всего сезона, можно получить урожай больше, чем при обычном поливе из лейки или шланга, так как влага поступает сразу к корням растений, а на почве от воды не образуется корка, препятствующая доступу воздуха.



«ЗОНТИК» ДЛЯ САЛАТА

Чтобы салат вырос сочным и не горчиц, его надо постоянно поливать и притенять. Где же взять в мае тень, если на деревьях еще не распустились листья? Купите для салатных грядок несколько сетчатых емкостей для игрушек. Они недорогие, разбираются и собираются одним движением, а главное, сквозь сетчатые стенки емкости салат легко поливать. Переверните емкость над салатными грядками вверх дном, оно прикроет салат от яркого солнца. Под таким «зонтиком» салат можно выращивать даже на открытом месте.



ДАЧНЫЙ СОВОК

На даче всегда пригодится небольшой жесткий совок с удобной ручкой. Им удобно брать удобрения, подсыпать или, наоборот, выбирать землю. Еще лучше, если таких совков несколько.

Вы можете иметь совков столько, сколько вам потребуется, ведь их так легко вырезать из пластиковых емкостей, в которых продают всевозможные жидкие средства для быта, ремонта и обслуживания автомобиля.



ПЛАСТМАССОВОЕ ВЕДРО

Дачники любят пластмассовые ведра, потому что они легкие, но у них есть один недостаток: они часто лопаются от удара. Если трещина в ведре небольшая, его вполне можно использовать для вертикального выращивания помидоров. Раскаленным предметом проплавьте в дне ведра отверстие. Изнутри выстелите поверхность плотным полиэтиленовым пакетом для мусора. Проколите в нем дырочку, просуньте корешки кустика помидоров внутрь ведра и сверху засыпьте немного грунта. По мере роста куста грунт можно будет подсыпать. Чтобы влага из ведра не испарялась, его желательно прикрыть крышкой или полиэтиленом. Выращивать вертикально удобно высокорослые помидоры — кусты не приходится подвязывать.

ВНИМАНИЕ! Постоянно контролируйте влажность почвы в вертикальных грядках. Ее в емкостях немного, а они сильно нагреваются солнцем, поэтому влага из них испаряется быстро.



Просто пятячок цветов среди зеленой травы — уже красиво. Но если клумба необычная, она станет изюминкой вашего сада. Как организовать такую клумбу?

Вертикальная клумба на открытом месте или в начале дорожки будет смотреться замечательно, если вы посадите в нее кустовые петунии, которые будут цвести с весны до поздней осени.

Вам понадобятся два больших цветочных горшка такого размера, чтобы один входил в другой, и больший горшок был в 1,5-2 раза выше меньшего, кусок крупноячеистой сетки, полиэтилен черного цвета, грунт для садовых цветов и рассада петуний.

Сверните сетку в виде цилиндра диаметром, равным меньшему горшку, скрепите его проволокой. Установите в больший горшок меньший, а вокруг него разместите сетчатую колонну. Выстелите сетку полиэтиленом, завернув края наружу, засыпьте внутрь колонны и в горшок вокруг нее грунт, прорежьте в полиэтилене отверстия и высадите петунии в прорези и сверху.



Во всем мире огородники давно уже используют для выращивания овощей, зелени и доращивания рассады вертикальные грядки. Они занимают меньше места, за ними проще ухаживать — наклоняться не надо — и необычно выглядят. В качестве вертикальных грядок можно использовать самые разные приспособления.

ПЛАСТИКОВЫЕ БУТЫЛКИ

● Грядки из пластиковых бутылок с отрезанными доньшками можно подвесить по верху забора с теневой стороны. Бутылки можно просто прибить к забору или подвесить на веревках. Чтобы веревки, на которых будут висеть бутылки, не прорезали пластик, выбирайте веревки потолще и пропускайте их через две горизонтальные, проделанные на расстоянии 2 см друг от друга, дырки. Прокалывайте пластик раскаленным гвоздем, тогда оплавленные края не будут резать веревку.

● Совсем по-другому выглядят грядки из бутылок, расположенных горизонтально. Их тоже подвешивают к верху забора на веревках разной длины. Одной обвязывают горлышко, а вторую пропускают через бутылку, проколов в стенках ближе к доньшке две дырки: одну над другой.



ОРГАЙЗЕР С КАРМАШКАМИ

Такие органайзеры продают в хозяйственных магазинах и магазинах товаров для дома, но можно их сшить и самим. Главное, чтобы ткань органайзера была непромокаемой. Прикрепить такую вертикальную грядку можно на сбитую из досок подставку или на стену сарая — для забора органайзер с заполненным грунтом кармашками тяжеловат.

В такой вертикальной грядке можно выращивать зелень, неприхотливые цветы или доращивать рассаду.

Подготовила
Валентина ЖИЛИНА



ЕДА НА ЛЮБОЙ ВКУС

Мы продолжаем знакомить вас с интересными и вкусными блюдами, которые можно приготовить легко и быстро.

САЛАТ В ОГУРЦЕ

Свежий, легкий салат придется по вкусу гостям, ведь он так интересно подан.

Отрежьте у длинного огурца кончики и разрежьте его пополам сначала поперек, а затем вдоль. Вырежьте середину с семенами. Мелко порежьте отварное мясо, добавьте к нему жареные с луком грибы, измельченную мякоть огурцов и зелень. Заправьте салат майонезом или сметаной с чесноком и солью. Наполните салатом огуречные лодочки с горкой.



ОЛАДЫ С БЕКОНОМ

Вместо привычных оладий приготовьте на завтрак оладьи с беконом. Обжарьте полоски бекона с двух сторон. Разложите их на противне на расстоянии примерно 10 см друг от друга и залейте каждую полоску тестом для оладий. Выпекайте до готовности теста. Если с утра некогда включать духовку, испеките оладьи на смазанной маслом сковороде сначала с одной, потом с другой стороны. Жарить оладьи с беконом как обычно, в масле, не стоит, будет слишком жирно.



ЗАПЕКАНКА ИЗ РУЛЕТИКОВ

Запеканку удобно готовить, когда у вас нет времени, чтобы приготовить полноценный ужин, а с обеда осталось жареное или тушеное мясо.

Приготовленное мясо разберите на волокна, добавьте к нему томат и зелень. Мясную начинку заверните рулетом в квадратики тонкого лаваша или в тонкие блинчики. Выложите рулеты в смазанную маслом форму для запекания, залейте взбитыми с молоком яйцами, посыпьте зеленью и запекайте до готовности в духовке.



ОМЛЕТНЫЙ ПИРОГ С ЗЕЛЕНЬЮ

Этот рецепт особенно хорош для дачной кухни. Его можно приготовить только с зеленью и брынзой, а можно добавить порезанную соломкой колбасу или кружочки сосисок.

Измельчите большой пучок любой зелени и 150 г брынзы, поперчите, выложите в смазанную сливочным маслом форму. Взбейте 5-6 яиц, посолите, поперчите и залейте омлетной массой зелень с сыром. Присыпьте омлет сверху тертым сыром твердых сортов, чтобы у него при запекании образовалась красивая корочка. Запекайте в разогретой духовке до готовности.





Легкая и вкусная запеканка понравится даже тем, кто не очень любит цветную капусту.

Свежую или замороженную цветную капусту отварите до полуготовности, измельчите, посолите, поперчите, добавьте к ней очень мелко порезанную зелень, натертый на крупной терке сыр и взбитые яйца. Выстелите противень или форму для запекания пекарской бумагой или фольгой, выложите на нее капустную смесь, разровняйте и выпекайте до золотистого цвета. Посыпьте сверху тертым сыром и снова поставьте в духовку на несколько минут, чтобы сыр расплавился и подрумянился.



СОЧНАЯ ЗАКУСКА «В ПЕЛЕНКЕ»

Для этой закуски прекрасно подойдет куриная грудка или белая рыба.

Порежьте мясо или рыбу брусочками. Слегка подсолите, поперчите и оберните каждый брусочек полосками бекона. Выложите закуску в форму и запекайте в духовке до готовности. Пропитанные жиром от бекона мясо и рыба получаются очень сочными.



КОТЛЕТА С ЯИЧНИЦЕЙ

Свиноговяжий фарш посолите, поперчите, перемешайте и разделайте на лепешки диаметром 10-12 см. Узким стаканом вырежьте в лепешках серединки. Кольца из фарша аккуратно переложите на сковороду, дайте немного поджариться, переверните и вылейте внутрь колец по сырому яйцу. Посолите и поперчите их. Накройте сковороду крышкой и жарьте до готовности мяса.



КУРИЦА С ЛИМОНОМ И ЧЕСНОКОМ

Это блюдо можно приготовить как тушеным, так и жареным.

На дно глубокой кастрюли или утятницы выложите несколько кружочков лимона и разрезанную пополам вымытую головку чеснока. В идеале курица готовится еще и с розмарином, но можно обойтись и без него. Тушку курицы посолите и поперчите снаружи и внутри, уложите в кастрюлю и обложите со всех сторон кружочками лимона. Накройте курицу крышкой и поместите в разогретую духовку. Запекайте под крышкой до полной готовности, если вам нужно диетическое мясо. Но если вы любите жареную курочку с румяной корочкой, когда она будет почти готова, переложите ее из кастрюли на противень, смажьте сметаной и доведите в духовке до готовности.



ОМЛЕТНЫЙ РУЛЕТ

Взбейте яйца с солью и перцем до пены, вылейте в смазанную маслом форму или на противень. Выпекайте омлет в духовке до готовности. Затем выньте, дайте слегка остыть, переложите его на полотенце, смажьте мягким сыром или творогом, взбитым со сметаной, выложите на омлет ломтики красной слабосоленой рыбы, посыпьте рубленой зеленью, заверните рулет с помощью полотенца и так, в полотенце, оставьте его до полного остывания. Холодный рулет порежьте толстыми ломтиками.





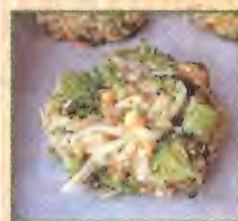
МЯСО В НЕОБЫЧНОЙ ПАНИРОВКЕ

Панировка из моркови или картофеля добавляет мясу новый вкус и делает блюдо более сытным и полезным. Для такой панировки больше всего подходят курица и свинина. Панировка с морковью придает блюду внешнюю красоту, а с картофелем делает его более сытным.

Вам понадобятся три емкости: для льезона, для тертой на крупной терке моркови (картофеля) и для панировочных сухарей.

Ломтики курицы или свинины натрите смесью соли, перца и специй по своему выбору, затем опускайте по очереди в льезон, морковь (картофель) и панировочные сухари. Запанированное мясо сложите в смазанную маслом форму и поместите в разогретую духовку. Запекайте до готовности.

Из тертых овощей не отжимайте сок: он пропитает сухари, и панировка станет более прочной, а мясной сок останется внутри.



ДРАНИКИ ИЗ БРОККОЛИ

Отварите кочан брокколи и порежьте кусочками размером примерно 1 см x 1 см, посолите, поперчите, добавьте 2-3 яйца, 100 г тертого сыра, перемешайте и всыпьте столько панировочных сухарей, чтобы получилась вязкая густая масса. Разделите «тесто» на лепешки и обжарьте их на сковороде в большом количестве масла.

Если вы не любите брокколи, замените ее обычной цветной капустой.



СПАГЕТТИ С КРЕВЕТОЧНЫМ СОУСОМ

Отварите спагетти. Для соуса обжарьте на растительном масле кубики помидоров, измельченный чеснок, кусочек стручка горького перца, зеленый лук, посолите, поперчите овощи, добавьте сливки и мягкий сыр. Его можно поломать кусочками или натереть. Помешивая, готовьте соус, пока сыр не расплавится. На другой сковороде в это время обжарьте на растительном масле крупные креветки. Когда они станут золотистыми, добавьте их в соус, перемешайте и выложите туда же спагетти, тертый пармезан, все перемешайте, прогрейте вместе, чтобы соус впитался в макароны, и подавайте.



«РОЗОЧКИ» ИЗ ЯБЛОК

Готовое слоеное бездрожжевое тесто раскатайте в прямоугольный пласт и посыпьте смесью из порошка корицы и сахарной пудры. Сладкие яблоки разрежьте пополам, выньте сердцевину и порежьте очень тонкими ломтиками. Тесто разрежьте на полоски шириной 3 см. На каждую полоску выложите ряд яблочных ломтиков так, чтобы они немного выступали за край теста. Сверните полоски теста рулетиками, смажьте взбитым яйцом и выпекайте в разогретой духовке до готовности.

ДОМАШНИЙ ШОКОЛАД

Приготовьте шоколадную глазурь. Смешайте по 12 ст. ложек сахара и порошка какао. В кастрюльку налейте 12 ст. ложек молока, положите 150 г сливочного масла и поставьте на маленький огонь. Когда масло в молоке растает, понемногу всыпайте смесь сахара с какао и перемешивайте. Не переставая мешать, доведите смесь до кипения, но не кипятите, а снимите с огня. Измельчите по 0,5 стакана фундука и миндаля. Дно подноса с невысокими бортиками застелите фольгой и вылейте на нее половину шоколадной смеси, затем ровным слоем высыпьте орехи, залейте остальным шоколадом и разровняйте. Когда смесь полностью остынет, поставьте ее в холодильник на 2 часа, затем порежьте на кусочки, заверните каждый из них в фольгу и храните в холодильнике.

Домашний шоколад получается более мягким и пластичным, чем стандартный. Его можно есть как самостоятельное блюдо или использовать для украшения выпечки и десертов, предварительно растопив в микроволновой печи.



ЗАЛИВНОЙ ПИРОГ С АНАНАСАМИ

Застелите форму для выпечки пекарской бумагой, выложите на нее кружочки консервированного ананаса, предварительно дав с них полностью стечь сиропу. В серединки кружочков положите по половинке черешни или вишни. Залейте ананасы бисквитным тестом и поставьте в разогретую духовку. Готовый пирог выложите на блюдо, для чего накройте форму блюдом нужного размера и резко переверните форму. Когда пирог полностью остынет, пропитайте его сиропом от ананасов, разведенным пополам теплой кипяченой водой. Сироп лейте ложкой тонкой струйкой, чтобы он успевал впитываться. Через 2 часа пирог можно подавать на стол.



ПЕЧЕНЬЕ С ШОКОЛАДНОЙ НАЧИНКОЙ

Из 200 г сливочного масла, 2 яиц, 1 стакана сахара, 2 ст. ложек порошка какао, 0,5 ч. ложки погашенной лимонным соком пищевой соды и муки замесите пластичное песочное тесто. Разделите его на кусочки размером с куриное яйцо. Разминайте кусочки в лепешки, кладите на одну кусочек шоколада, второй лепешкой накрывайте и защипывайте края. Выпекайте печенье в разогретой духовке до готовности. Если хотите, добавьте в тесто измельченный фундук или миндаль.



ТОРТ «ТРИ ЦВЕТА — ТРИ ВКУСА»

Этот торт отлично смотрится за счет своего цветового решения. Для него вам понадобится испечь три бисквитных коржа: один обычный, светлый, другой — с добавлением 1 ч. ложки растертого в пыль растворимого кофе, третий — с добавлением 2 ст. ложек с горкой растворимого какао.

Для крема взбейте пачку сливочного масла с банкой сгущенного молока.

Соберите торт: сначала уложите шоколадный корж, на него кофейный, затем обычный. Прослаивайте коржи кремом. Можно предварительно пропитать коржи сиропом: 2 ст. ложки сахара на 1 стакан горячей кипяченой воды. (Кстати, очень хорошо пропитывать коржи для торта обычной газировкой: «Буратино», «Дюшес» и т. д.) Собранный торт обмажьте кремом, часть которого оставьте на украшение. Затем облейте торт растопленным шоколадом или шоколадной глазурью: 2 ст. ложки какао смешайте с 1 ст. ложкой молока, 0,5 стакана сахара и 1 ст. ложкой сливочного масла. Все вместе хорошо разотрите, поставьте на слабый огонь и, не переставая помешивать, доведите до однородности и полного растворения сахара. Когда глазурь застынет, украсьте верх торта завитками из крема.

Хозяюшке ВЕШАЛКА ДЛЯ КЕПОК

Если в вашей семье любят бейсболки, они, наверняка, занимают в прихожей много места. Организуйте для них специальную вешалку. На нижнюю перекладину обычных плечиков для одежды повесьте столько крючков или разогнутых колец от карнизов для штор, сколько бейсболок в вашем доме. Повешенные на крючки, эти головные уборы не будут везде валяться и не займут много места на полке в прихожей.



ЛОВУШКА ДЛЯ ФРУКТОВЫХ МУХ

Когда в доме заводятся мелкие фруктовые мушки — дрозофилы, — это очень раздражает. Но с ними легко справиться, если устроить для них ловушку.

Положите в стеклянную банку кусочек спелого банана, сверху вставьте воронку, свернутую из листа бумаги, и приклейте ее к горлышку банки скотчем, чтобы между ними не было просвета. Залетевшие на запах банана мушки не смогут выбраться на волю через воронку. Как только все они соберутся в банке, залейте ее через воронку водой и выплесните содержимое банки в унитаз.



КОГДА ПАСТЫ ОСТАЛОСЬ МАЛО

В последнее время зубную пасту выпускают в тюбиках из мягкого пластика, которые невозможно подогнуть, когда пасты остается совсем мало. Заверните кончик тюбика и закрепите его металлическим держателем для бумаг. Теперь он не развернется, и вам не придется каждое утро тратить время на выдавливание остатков пасты. Так же можно поступить и с тюбиками крема.



ВЕШАЛКИ ДЛЯ ОБУВИ

Если в доме нет гардеробной и вещи приходится хранить в платяном шкафу, большой проблемой становится обувь. Даже в самой большой тумбе для обуви хватает места только для той, что мы носим в данное время. А куда девать обувь прошлого сезона?

Обычно внизу шкафа под развешанной одеждой остается немного места. Если заполнить его коробками с обувью, много их там не поместится.

Предлагаем обувь подвесить. К стенкам шкафа прикрутите держатели для планки под плечики (их, как и планку, можно купить в магазине мебельной

фурнитуры). Осталось решить вопрос с вешалками. Для сапог отлично подойдут вешалки для брюк с передвигающимися прищепками. А под туфли и босоножки можно легко сделать вешалки из толстой мягкой проволоки.

Если шкаф достаточно широкий, обувь можно будет развешивать в два ряда.



МЕШОК ДЛЯ ПОСУДОМОЕЧНОЙ МАШИНЫ

Бутылочки, мерные ложечки и соски для детского питания многие мамы моют в посудомоечной машине. Чтобы мелкие детали не проваливались сквозь решетку, их следует перед мытьем поместить в сетчатый мешок, который используют для стирки деликатного белья.



ХОЛОДНЫЕ НАПИТКИ

Чем теплее становится на улице, тем больше хочется выпить чего-нибудь холоденького. Если вам надо очень быстро охладить бутылки с напитками, а в морозильной камере места нет, намочите бумажные полотенца холодной водой, оберните ими бутылки и поставьте просто в холодильник. Бутылки охладятся так же быстро, как в морозильнике.

Если вы устраиваете вечеринку на даче или просто на свежем воздухе, поставьте бутылки в таз, заполненный... воздушными шариками с замороженной в них водой. Чем они лучше обычного льда? Тем, что лед в них долго не тает, бутылки остаются сухими, а этикетки — целыми. Да и выглядят разноцветные шарики весело.



НИКАКОЙ СОТИРОВКИ

Чтобы каждый раз перед стиркой не сортировать белье на белое, цветное и темное, купите трое пялец для вышивания и сшейте три больших плотных мешка. Закрепите верх мешков в пяльцах, а к ним привяжите прочную петельку. Если в ванной нет места, повесьте такие мешки для каждого члена семьи в спальне за дверью. Останется только приучить своих домашних раскладывать грязное белье по цветам, то есть, по мешкам.



Подготовила
Валентина ЖИЛИНА



МАНЖЕТЫ

с бантами



Великолепное украшение – манжеты на щиколотку – преобразит вашу обувь и сделает ее необыкновенно нарядной!

- Отрежьте полоски ленты по размеру окружности щиколотки, оставляя по паре сантиметров на припуски.
- Пришейте пуговицы или липучки и украсьте манжеты бантами.
- В разрезы вставьте ленты и завяжите их сзади бантами.



РОМАН С КАМНЕМ

Эффектное, стильное и абсолютно уникальное кольцо можно сделать из обыкновенного камушка – правильной или неправильной формы.

- Нанесите на камень золотистую краску из баллончика и дайте высохнуть.
- Приклейте камень к металлической заготовке для кольца (ее можно купить в магазине для рукоделия) с помощью клеевого пистолета или суперклея.
- Для прочности и большего эффекта обмотайте колечко золотистой проволокой.



СЕРЬГА С ЦЕПЯМИ



Изысканное украшение в стиле от кутюр способно вызвать настоящий восторг у публики.

Вам понадобятся: длинная золотистая цепочка, серьга-пусета, четыре декоративных металлических листочка.

- Разделите цепочку на четыре отрезка разной длины – примерно 6, 8, 10 и 12 см.
- Прикрепите их с помощью плоскогубцев к серьге.
- К нижней части цепочек прикрепите металлические листочки.





Изумительный и неповторимый клатч идеально подойдет к вашему наряду для особого случая. Сделайте его из футляра для очков.

Что нужно: футляр для очков, суперклей, дрель, отвертка, небольшая ручка-застежка (продается в магазинах товаров для рукоделия), цветы из текстиля.

- Просверлите отверстие в футляре и прикрепите ручку.
- Нанесите на поверхность футляра клей и приклейте цветы так, чтобы они закрыли всю площадь футляра, не оставляя пустых мест. Оставьте до полного высыхания.



ДИЗАЙНЕРСКИЕ ОЧКИ

Такого аксессуара точно не будет ни у одной из ваших подруг. Очки, как две капли воды повторяющие те, что представлены в последних коллекциях модных дизайнеров, можно смастерить буквально за несколько минут.

Необходимо: любые солнечные очки (можно использовать ваши прошлогодние) и пара эффектных сережек-пусет.

- Удаляем у сережек «гвоздики» и приклеиваем их с помощью клеевого пистолета по обеим сторонам очков.

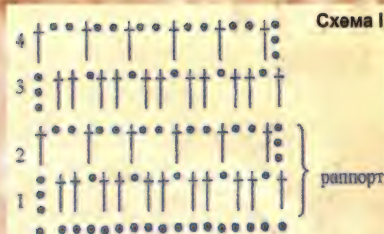


Подготовила Валентина КИРНОС

34 Своими руками

Размер 46-48. Длина по спинке 90 см.

ГОЛУБОЕ ПЛАТЬЕ



Что может быть лучше для морских прогулок или по набережной, как не ажурное платье покроя ампир? Глубокий вырез, рукав 3/4, бант под грудью и рюши внизу юбочки подчеркнут вашу юность и нежность.

Не забудьте связать образец узора и в процессе вязания сверяйте полотно с выкройкой и своими мерками.

Вам потребуются: нитки голубого цвета (хлопок 100%; 420 м/100 г) — 550 г, атласная лента шириной 5 см — 2 м, капроновая ленточка голубого цвета шириной 3 см — 7 м, крючок № 2, игла для сшивания.

Узоры: по схеме I и схеме II.

Описание работы

Перед: набрать 102 в. п. Связать 12 р. вверх по схеме I. Убрать петли для проймы. В 16-м ряду убрать 45 п. для квадратного выреза и провязать вверх 10 р.

Спинка: набрать 102 в. п. Связать 12 р. вверх по схеме I. Убрать петли для проймы, в 20-м ряду убрать 45 п. для квадратного выреза и провязать вверх 6 р.

Рукав: набрать 54 в. п. Вязать вверх по схеме I, прибавив до проймы с каждой стороны по 2 раппорта узора. Довязав до проймы, делать убавления петель, прикладывая вязание к выкройке в натуральную величину.

Сборка лифа: сшить плечевые и боковые швы. По низу лифа провязать 1 ряд ст. с 4 н., проверить, подходит ли их высота для продевания атласной ленточки и приступить к вязанию юбки по схеме II.

Юбка: связать вниз по кругу ровно 10 раппортов узора.

Сборка платья: сшить рукава, вшить их в проймы, продеть между столбиками с 3 накидами ленту для пояса. Ленту шириной 3 см разделить пополам, мелко собрать и пришить к 8-му и 9-му раппортам юбки.

Условные обозначения:

- — воздушная петля
- — столбик без накида (ст. б/н.)
- † — столбик с накидом (ст. с/н.)
- ‡ — столбик с 2 накидами (ст. с 2/н.).





Размер 46-48. Длина по спинке 78 см.

БЕЖЕВАЯ ТУНИКА

Туника свободного силуэта со спущенными плечами с кистями по рукавам и центру переда связана на спицах изнаночной гладью, что под силу даже начинающим вязальщицам. Центр переда украшен полосой из распущенных петель, а плечо — треугольными вставками.

Перед началом вязания сделайте выкройку в натуральную величину и внесите в нее изменения в соответствии со своими мерками. Не забудьте связать образец узора и в процессе вязания сверяйте полотно с выкройкой, сделанной по вашим меркам.

Вам потребуются: нитки бежевого цвета (хлопок 100%; 350 м/100 г) — 600 г; спицы № 2,5; игла для сшивания; крючок № 2,5.

Узоры: изнаночная гладь.

Описание работы

Перед: набрать на спицы 160 п., отметить середину переда. 2 центральные петли вязать лиц., остальное полотно — изнаночными петлями. Для того, чтобы центр переда был ниже, чем его боковые части, вязать, постоянно включая в работу новые петли:

1-й ряд: довязать до середины, плюс 7 п., снять следующую 8-ю п. на правую спицу, обвести ее рабочей нитью, не провязывая, поместить обратно на левую спицу и повернуть вязание в обратную сторону.

2-й ряд: довязать до середины, плюс 7 п., снять следующую 8-ю п. на правую спицу, обвести ее рабочей нитью, не провязывая, поместить обратно на левую спицу и повернуть вязание в обратную сторону.

3-й ряд: провязать провязанные во 2-м ряду п., поднять нить, обвивающую 8-ю п., провязать вместе со следующей п., плюс 7 п. и повернуть вязание в обратную сторону.

4-й ряд: провязать провязанные в 3-м ряду п., поднять нить, обвивающую 8-ю п., провязать вместе со следующей п., плюс 7 п. и повернуть вязание в обратную сторону. Продолжать вязать,

включая в работу следующие петли, прибавляя с каждым рядом на одну п. больше, чем в предыдущем, пока в работе не окажутся все петли переда. Вязать до линии талии без изменения количества петель. Затем для спущенных рукавов делать прибавления с каждой стороны по 1 п. через каждые 4 р. Через 17 см начать убавление «рукавов», провязывая по 2 п. вместе в начале каждого ряда с каждой стороны полотна переда. Далее отметьте 2 средние п. переда и по 4 п. с каждой стороны от центра. Распустите по 4 п. с каждой стороны от центра переда до самого низа (если Ваше вязание свободное, то для начала распустите по три петли, может, этого окажется достаточным для отделочной полосы). Далее делайте убавления для горловины в соответствии с выкройкой, не забывая делать убавления по краям изделия для скоса рукавов. Не доходя до самой высокой точки плеча на высоту 4 см, закройте все петли в одном ряду. По описанию ниже свяжите треугольную вставку для плеча, пришейте готовую вставку по линии плеча к переду и к спинке.

Спинка: вязать аналогично переду изнаночной гладью. При этом центральные петли не распускать и вывязывание горловины начать на 4 см выше, чем по переду.

Плечо (вставка): набрать на спицы 3 п., вязать изнаночной гладью, прибавляя в начале каждого ряда по 1 п., пока на спицах не окажется 20 п. Дальше вязать без изменения количества петель до 11 см. Длину плеча сверяйте с выкройкой.

Сборка: вшить треугольные вставки по плечам, сшить до конца «рукава» и боковые швы. Нарезать нитки длиной по 20 см, сложить по 2-3 нити, свернуть пополам и при помощи крючка сделать бахрому по линии низа «рукавов» и по краям от распущенных полос переда. При этом в намеченных местах ввести крючок в полотно, протянуть сложенную пополам нить на другую сторону полотна, протянуть концы бахромы в петлю и туго ее затянуть.



Впереди лето — время свадеб. Чтобы вы могли выбрать то, что подойдет к этому торжеству наилучшим образом, и не спеша, спокойно подготовиться, предлагаем вам уже сейчас ознакомиться с новинками свадебной моды. Вы ведь хотите быть не просто красивой, но и модной невестой!

ПЛАТЬЕ ПОЧТИ «ОТ КУТЮР»

Самая главная проблема любой невесты — свадебное платье. Выбор их всегда велик. А в этом сезоне оно может быть не только белым, кремовым или цвета шампанского, но и серебристым.

Особенно красиво смотрятся платья с кружевом на прозрачной ткани, если отделать им верхнюю часть платья и спинку.

Для подружек невесты этим летом модельеры предлагают платья всех оттенков розовой пудры.

БЕЛОЕ С ЧЕРНЫМ

Сочетание белого с черным настолько модно в этом году, что некоторые модельеры даже предлагают сочетать их в свадебном платье. Это может быть черный лиф или детали: отделка, перчатки, пояс. Кстати, подчеркнутая черным поясом, талия выглядит особенно тонкой. Больше всего платья в бело-черной гамме представлены в коллекции гуру свадебной моды Веры Вонг.

А ЧТО НА ГОЛОВЕ?

Когда платье выбрано, невеста начинает задумываться: а что у нее будет на голове, какая прическа, какая фата или диадема. Подсказываем: нынче в моде не вычурные укладки, а распущенные или гладко зачесанные и собранные в пучок волосы. Даже если они длиной до плеч, их обрабатывают гелем, зачесывают назад, а на затылке подворачивают внутрь так, чтобы получился завиток, который выглядит как крошечный пучок.

Для такой прически лучшим и самым модным украшением будет ободок из серебристого металла, украшенный цветами и листьями с кристаллами Сваровски или просто крупная заколка, выполненная в той же манере.

На длинных распущенных волосах прекрасно будет смотреться украшение из цепочек.

Фату вы можете выбрать любого фасона и размера, но самой модной в этом сезоне является фата из круглого куска прозрачной ткани с каймой, причем собранная так, чтобы получилось два яруса, и прикрепленная на затылке.

Очень смелые невесты могут надеть фату не на голову, а на маленький кружевной зонтик.

КЛАССИКА ИЛИ МОДЕРН?

Модная в этом сезоне свадебная обувь — классические лодочки на шпильке. Но если вы сторонница новых веяний, можете выбрать для торжества туфли-сапоги с кружевным верхом. Они особенно эффектно смотрятся с коротким платьем.

МОДНАЯ НЕВЕСТА



НОВЫЙ ВЗГЛЯД НА ПЕРЧАТКИ

Пожалуй, мода на свадебные перчатки в этом сезоне особенно разнообразна. Судите сами. Самые модные — длинные почти прозрачные перчатки из белого капрона, которые практически не видны на руках.

● Если вы хотите чуть больше изыска, выберите короткие прозрачные перчатки с оборками, бантом или цветком.

● Не любите, когда пальцы закрыты? Тогда покупайте перчатки с креплением на один палец, но только кружевные, или перчатки длиной на две трети предплечья с оборкой снизу.

● Тем, кто вообще не любит перчаток, можно посоветовать надеть вместо них широкий браслет из серебристого металла с кристаллами Сваровски.

СВАДЕБНЫЙ МАНИКЮР

Маникюр у невесты должен быть безукоризненным. Он может быть украшен затейливым рисунком из крошечных камешков, который несложно повторить и на больших пальцах ног, или свадебной символикой.

СТИЛЬНЫЕ МЕЛОЧИ СВОИМИ РУКАМИ

Сделайте приглашения на свадьбу самым близким друзьям и родственникам своими руками. Очень необычно выглядит открытка-приглашение с платьем невесты. Его нетрудно сделать. Надо лишь правильно свернуть круглую бумажную салфетку и прикрепить на «талию» кусочек атласной ленты.

А ожерелье из кружева и цепочки, созданное своими руками, будет выглядеть не просто модно, а эксклюзивно.

Фужеры для новобрачных тоже можно оригинально украсить.

Фужеру жениха очень пойдет белая бумажная манишка и воротничок плюс черная бабочка из тесьмы. Фужеру невесты — платье из кусочка сетки и ажурного пояса.

Даже если вам не удастся совладать с расшалившимися нервами и ничего из вашего рукоделия не получится, не расстраивайтесь, свадьба состоится и без этих мелочей. Но вдруг — получится?..

НА ЗАПАДНЫЙ МАНЕР

На Западе в последнее время многие оригиналы делают на безымянном пальце маленькую татуировку в форме сердечка. Она остается символом семейного положения даже у тех, кто не любит носить обручальное кольцо.

Подготовила Галина УШАКОВА





ВРЕМЯ БЫТЬ ЯРКОЙ!

Весенне-летний сезон обещает нам много ярких впечатлений, неожиданных сочетаний и незабываемых эмоций! Буйство красок, нежность пастели, удачное комбинирование материалов и фактур, способно создать удивительный образ – модный, энергичный, привлекательный и очень красивый! Предлагаем пополнить вашу коллекцию достойными предметами весеннего гардероба.





покроя и белого топа шит из тканей-компаньонов и дополнен эффектной отделкой белым кантом.

6 Этой весной очень популярны разнообразные асимметричные детали, контрастная отделка и застежки-молнии. Все эти модные тенденции очень удачно объединены в этой очень эффектной и яркой мини-юбке.

7 Костюм-тройка в новом понимании! Топ оригинального покроя может использоваться в качестве жилета или отдельно, строгий, лаконичный блейзер подчеркивает стройность фигуры, а узкие брючки с бантиком на талии придают комплекту игривое настроение.

8 Для создания этого комплекта экстра-класса использовали ткани трех видов: темная гладкокрашеная, с цветочным принтом и в полоску. В результате топ с двухслойной баской и американской проймой и юбка с оригинальной игрой полос и складок вместе производят настоящий фурор!

9 Благодаря яркости, жизнерадостности и простоте кроя стиль колор-блок останется с нами если не навсегда, то уж, по крайней мере, на несколько сезонов. Платье, скроенное точно по фигуре, со спущенным рукавом и юбкой с закругленными полочками доказывает это как нельзя лучше.

10 Сногшибательная и очень элегантная туника с асимметричным покроем рукава и нижнего края, с отделкой широким белым кантом претендует на место самого главного хита в гардеробе! Ее можно скомбинировать с юбкой или брюками, взять с собой на курорт или надеть для званого ужина — в любом месте и в любое время она способна произвести неизгладимое впечатление на окружающих и подарить своей хозяйке немало приятных эмоций.

11 Простое, но очень стильное и нарядное платье из тканей двух цветов очень ярких оттенков способно в один миг поднять настроение! Поясок на талии позволит сделать свободное платье прилегающим, поскольку его концы втачаны в боковые швы.

12 Оригинальный топ-туника с длинной, эффектной асимметричной деталью, сшитый из ткани кораллового и черного цвета, понравится смелым, стройным и уверенным в себе девушкам.



13 Комплект, состоящий из блейзера василькового цвета в стиле пэчворк, топа, сшитого из той же ткани, и белых брюк идеально подходит для весеннего сезона. Обратите внимание на крупные металлические пуговицы разных оттенков и фактуры — простой и очень эффектный элемент декора.

1 Топ из ткани в широкую полосу скроен очень удачно. Геометрический рисунок на груди визуально увеличивает грудь, а пышная баска делает модель еще более женственной.

2 Прозрачный шифон и черное кружево выглядят очень соблазнительно. Комплект из очень модного в этом сезоне коротенького топа и мини-юбочки пригодится для весенней вечеринки.

3 Шорты-скорт из ткани с цветочным принтом — то, что нужно в теплую погоду. Удобно, практично и очень нарядно! Эту модель стройные длинноногие красавицы могут носить, не снимая!

4 Стильный весенний костюм для офиса шит из идеально подходящих друг другу тканей трех оттенков. Строгий покрой блейзера контрастирует с соблазнительными шортиками, придавая комплекту налет беззаботности и романтики, что очень соответствует сезону!

5 Восхитительно! Комплект из жилета с американской проймой и пышной баской, юбкой оригинального



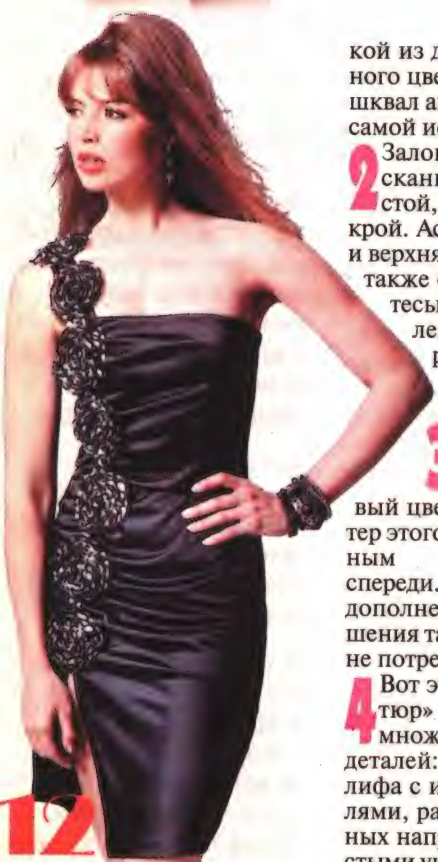
КОРОЛЕВА БАЛА

8

9

10

11



кой из двух видов ткани одного цвета способно вызвать шквал аплодисментов даже у самой искушенной публики.

2 Залог успеха этого изысканного платья — простой, но очень эффектный крой. Асимметричный рукав и верхняя юбка из шифона, а также отделка серебристой тесьмой, играют здесь далеко не последнюю роль. Ну, а главный секрет таится на спинке!

3 Нежный, и в то же время полный энергии коралловый цвет определяет характер этого платья с изумительным каскадом ткани спереди. Понятно, что другие дополнения, детали и украшения такому платью просто не потребуются!

4 Вот это да! Платье «от кутюр» может похвастаться множеством небанальных деталей: интересным кроем лифа с изысканными бретелями, расходящимися в разных направлениях, серебристыми украшениями, мелкой драпировкой и потрясающим светло-сиреневым цветом шифона.

5 Леденцово-розовый пастельный цвет контрастирует с насыщенным черным, спущенные с плеч

бретельки завязываются на бантики с длинными лентами, черная кайма подчеркивает нижний край платья. Эффект — потрясающий!

6 Платье вашей мечты! Скульптурный лиф без бретелей подчеркивает красивую грудь, облегающий фасон — стройность фигуры, маленькая серебристая брошь — тонкую талию, а развевающийся шлейф — молодость и романтичность натуры.

7 Просто кинозвезда! Удивительный покрой, люксовые ткани, изящная вышивка — в это платье нежно-сиреневого цвета просто невозможно не влюбиться!

8 Классика жанра — черное с золотом! Платье-футляр без бретелей, с мягкими поперечными складками на подоле и декольте с «изюминкой» — маленьким разрезом — украшено восхитительным золотым бантом!

9 Нежный соблазн! Платье из очень актуальной ткани с эффектом перехода цвета поражает своей изысканностью и красотой. Стилизованный бант с брошью на плече, драпировка на груди и бедрах, воздушная асимметричная деталь — от этой модели просто не оторвать глаз!

10 Гордо прохаживаться по залу и от души веселиться — этот наряд подойдет для любого случая! Платье со структурным лифом, асимметричной бретелью и драпированным полотнищем юбки способно превратить любой вечер в сказочный!

11 Всего одна деталь, но зато какая, в один миг способна сделать из вас икону стиля! Благодаря длинной асимметричной отделке детали контрастного цвета простое белое платье-труба превращается в супер-наряд!

12 Все гениальное — просто: платье с драпировкой, разрезом сбоку и одной бретелью украшено стилизованными цветами из шифона в горошек, благодаря чему модель выглядит очень оригинально, элегантно и нарядно.

12

1 Платье изумительного кораллового оттенка с глубоким декольте, искусно расположенными бретелями, узким пояском, открытой спиной и оригинальной юб-

Понятно, почему мужчина не говорит: «Я люблю тебя», когда действительно не любит. Понятно, зачем он это говорит, когда знает, что это — ложь.

Но почему он молчит, когда действительно чувствует то, что принято называть «любовью»?

Есть такой рассказ-притча. Один учитель настойчиво уговаривал ученика: «Скажи «А», — но мальчик отказывался, отрицательно качая головой. — Ты такой способный, умный, ну скажи «А», — не унимался учитель. Наконец, ученик не выдержал: «А!» Обрадованный успехом, учитель попросил: «А теперь скажи «Б». «Ну, хватит, — воскликнул ребенок, — я же знал, что меня ожидает: если только скажу «А», вы захотите, чтобы я рассказал весь алфавит, а потом стал учиться читать, писать, считать...»

Мужчины хорошо знают, что женщина любит ушами. И как порой хочется услышать эту букву «А», эти, пусть банальные, три слова «Я люблю тебя». Но порой в них слышится продолжение: «Выходи за меня замуж».

Когда то же самое слышится и мужчине, а жениться он еще не собирается, он будет молчать. А женщина будет ждать. И, скорее всего, они расстанутся, так и не поняв друг друга.

ПОЧЕМУ ОН НЕ ГОВОРИТ «ЛЮБЛЮ»?

МИР ЧУВСТВ НЕВЕДОМ?

«Мужчина живет не сердцем, а умом, и мир чувств ему вообще неведом» — мысль довольно распространенная, но большей частью — неверная.

Во-первых, мужчины не менее чувствительны, чем женщины (вспомните, сколько среди них гениальных поэтов, художников, музыкантов).

Во-вторых, если бы мужчины в своих поступках руководствовались только здравым смыслом, согласитесь, в их отношениях с женщинами многое было бы совсем по-другому.

В-третьих, то, что мужчины не привыкли подолгу копаться в своих чувствах и не любят анализировать и облекать их в слова, вовсе не говорит о том, что эти чувства отсутствуют у них вовсе.

«КАК СЕРДЦУ ВЫСКАЗАТЬ СЕБЯ?»

Мальчик заплакал... «Ты же мужчина», — говорят ему. И он будет стараться соответствовать образу настоящего мужчины: скрывать свои чувства, быть хотя бы внешне независимым (а это очень часто означает: одиноким).

Почему же мы ждем, а то и требуем, чтобы однажды он рассказал, что у него внутри. Да он и не

умеет разговаривать на «языке чувств». Мальчики не читают любовные романы. Юноши не любят смотреть мелодрамы. Мужчины не заслушиваются поп-музыкой. Поэтому вряд ли стоит женщине, в совершенстве владеющей данным «языком», требовать того же от мужчины.

КАК ЖЕ СПРОСИТЬ ЕГО?

Но как спросить у него о самом главном, как услышать от него столь необходимые каждой женщине слова?

● Прежде всего, не пытайтесь обрушить на него все свои эмоции, ожидая немедленной реакции. Скорого ответа не будет. Чтобы заговорить на заданную тему, мужчине необходимо собраться с мыслями.

● Состояние мужчины очень тесно связано с его физическими ощущениями, поэтому будьте к нему как можно ближе. Ощущение вашей близости поможет ему «перейти» с головы на сердце.

● Никогда не спрашивайте: «Что ты чувствуешь?..», это может его смутить, и он уйдет от разговора. А если вы все же спросили, не удивляйтесь, если ответ свой он начнет со слов: «Ну, я думаю...»

● Сам по себе факт, что мужчина «осмелился» заговорить о своих чувствах, уже свидетельствует о многом. Теперь от вас требуется умение слушать, мол-

чать и... слышать. Ожидание классической формулы: «Я люблю тебя» делает женщину слепой и глухой.

Но не ждите, что уважающий себя мужчина будет описывать свои чувства этими старыми, как мир, словами. Нет, он будет делать все, чтобы избежать их.

И к этому женщине надо быть готовой.

P.S. Но есть во всех этих тонкостях разговоров о чувствах и другая сторона. Представьте себе, что вы добились своего, и мужчина решился «заговорить». Но перед этим он должен тщательно проанализировать все, что с ним происходит, а это ему всегда было свойственно, чтобы предварительно хорошенько разобраться в своих, а заодно и в ваших чувствах.

А если он разложит все по полочкам и найдет всему объяснение, вы станете для него понятной, простой, предсказуемой и... неинтересной.

А дальше — не исключено, что он с легкостью перейдет к решению другой «головоломки». Так, может, не надо так упорно добиваться от него этой «буквы А», а лучше подольше оставаться для него загадкой. И, возможно, однажды он сможет рассказать вам целое «стихотворение», которое сочинит сам.



СПАСЕНИЕ УТОПАЮЩЕЙ... В СЛЕЗАХ



Классическая ситуация. Ваша подруга неожиданно сталкивается с изменой любимого мужчины. Шок! Слезы! Истерика! Кризис, который может привести к депрессии.

Надо срочно спасать подругу. И мы бросаемся ее спасать, проявляя искреннюю солидарность с обманутой и «вешая всех собак» на бесчестного изменника, предателя и изверга рода человеческого. А заодно, вместе с пострадавшей, проклинаем и всю мужскую половину населения земного шара.

Причем, мы-то искренне стараемся помочь, а результат получается неожиданный. Если подруга расстанется с «проклятым изменником», она может навсегда потерять веру в сильную половину человечества, а если прощает и продолжает его любить, прекращает отношения с вами — не может простить вам искренних высказываний, прозвучавших из ваших уст, хотя в тот момент они полностью совпадали с ее высказываниями. Но о своих она не помнит, а ваших не забудет никогда. Поэтому не удивляйтесь, если ваши отношения с подругой после ее личного и удачно ликвидированного кризиса прекратятся.

Что же теперь, не надо спасать подругу? Надо. Но спасать грамотно, чтобы вышла она из кризиса без последствий и для своей нервной системы, и для будущей жизни. Чтобы не разуверилась в мужчинах и возможности счастья с другим.

Психологи разработали алгоритм действий по спасению утопающей в слезах подруги, и теперь, опираясь на их опыт, мы сможем правильно вести себя с «раненой птицей», а главное — грамотно помочь «выздороветь» — постепенно и поэтапно.

III ЭТАП

УТОЧНЯЙТЕ

● На этом этапе вам надо уже самой ее расспрашивать, выясняя ситуацию и все-все детали.

● Внимательно выслушивайте все, что она вам отвечает, уточняет, разъясняет, но от собственных суждений все еще пока воздержитесь — ведь вы только выясняете для себя ситуацию.

● Обратите внимание, что, рассказывая о случившемся в третий раз, подруга начинает говорить о себе все более откровенно, оценивает себя критически и даже ругает.

Это хороший знак — кризис не возрастает.

IV ЭТАП

ПОДДЕРЖИВАЙТЕ

● Теперь пришла очередь говорить вам. Расскажите подруге о похожей ситуации, происходившей когда-то в вашей жизни или в жизни общей знакомой. Дайте понять подруге, что вы или кто-то из знакомых тоже прошел через нечто подобное и она в своей трагедии не одинока — вокруг много таких же людей.

● Если вы никогда не переживали ничего подобного, пожелайте подруге на какие-то другие свои неприятности. Она должна знать, что у вас есть свои неразрешимые проблемы.

V ЭТАП

ЗАВЕРШАЙТЕ

● Вот и наступило время, когда можете высказаться вы. Но поскольку реше-

ние в любом случае будет принимать подруга, вам надо просто повторить все разумные доводы, которые в процессе обсуждения ситуации высказывала она, опустив и одновременно прозвучавшие абсурдные.

● А завершить этап вам лучше всего примерно такой фразой: «Все, что ты решила (перечисляете ее же решения, которые считаете разумными), очень верно. Ты совершенно права. Действуй».

На сегодня большего не требуется. Кризис миновал.

Подруга выберет разумное решение.

Это помощь в настоящей кризисной ситуации.

Гораздо чаще встречаются проблемы помельче, но решать их несколько не легче. Просто в мелких ситуациях можно применять упрощенный алгоритм:

I этап, III этап, IV этап и V этап.

Кроме того, в V этапе вы можете не подчеркивать высказанное подругой, а озвучить и свои суждения, то есть выступать в роли оппонента.

Будьте уверены, рассуждать она все равно будет так.

● Если ваши мнения совпадут, она скажет: «Да, я была права, и наши одинаковые решения полностью это подтверждают».

● Если же они будут диаметрально противоположными, подруга подумает: «А права, оказывается, все-таки я, и наши разные мнения это подтверждают».

Противоречий здесь нет. В любом случае подруга выберет то решение, которое созрело в ее голове. Вы ей нужны лишь для подтверждения ее мыслей.

Помните об этом, и тогда «спасение» пройдет успешно и без последствий.

I ЭТАП

ВЫРАЖАЙТЕ ПОНИМАНИЕ

● Отложите дела, усадите подругу на диван или в кресло, а сами садитесь рядом и как можно ближе. Сейчас от вас требуется одно: молчать и слушать, наблюдая, как она рыдает, угрожает расправиться с ним, соперницей, с собой...

● Но удержитесь пока от своих высказываний, не делайте выводов — молчите. На этом этапе «лечения» вам можно только показывать, что вы прекрасно ее понимаете и сочувствуете, изредка кивая головой или мимикой изображая участие.

II ЭТАП

ОТВЛЕКАЙТЕ

● Следующий этап «лечения» предполагает более тесное общение. Но сначала как-нибудь отвлеките подругу. Например, предложите пойти вместе на кухню, чтобы приготовить чаю и чего-нибудь «поклевать».

● Удобно усадите ее, а сами, накрывая на стол, попросите подругу еще раз рассказать ее проблему. Теперь вы можете переспрашивать ее, уточнять детали, сочувственно качать головой и вздыхать.

● Но при этом не забывайте время от времени гладить ее руки, плечи или даже голову, выражая свое теплое к ней отношение и даже жалость. Ей это сейчас необходимо.

Гороскоп

с 15 мая по 15 июня

Астролог-консультант Николь БУРЯ

ОВЕН. Во второй половине мая вас может подвести здоровье, но до серьезных заболеваний дело не дойдет, если не проверять организм на прочность и избегать излишеств. С 17-го по 21-е возможны незначительные разногласия с окружающими или непредвиденные расходы. В первой половине июня вас ждет некоторое улучшение в делах и финансах. В личной жизни благополучно разрешатся сложные вопросы с недвижимостью.

Неблагоприятные дни в мае: 18, 23, 27, 31. В июне: 5, 10, 14.

ТЕЛЕЦ. Во второй половине мая в деловой жизни, а также в плане финансов — «мертвый сезон». К концу месяца возможны неприятности в плане здоровья. В первой половине июня наметятся серьезные улучшения и в делах, и в финансах. Вам могут вернуть долги или выдать вознаграждение за проделанную ранее работу. После 5 числа придется приложить максимум усилий, чтобы не заболеть и не допустить эмоциональных срывов.

Неблагоприятные дни в мае: 15, 19, 24, 28. В июне: 4, 7, 12.

БЛИЗНЕЦЫ. После 16 мая судьба может преподнести вам приятные сюрпризы. В конце месяца вам удастся не только реализовать свои собственные идеи, но и извлечь из этого некоторую материальную выгоду. В начале июня предстоит проделать большой объем не самой приятной, но крайне важной работы. Несмотря на ряд профессиональных трудностей, с деньгами проблем не предвидится, здоровье будет в пределах нормы.

Неблагоприятные дни в мае: 18, 22, 27. В июне: 1, 5, 11.

РАК. Во второй половине мая постарайтесь не давать каких-либо серьезных обещаний, поскольку, в силу обстоятельств, многие из них могут оказаться невыполнимыми. В июне много внимания придется уделять семейным и личным делам, что будет сильно мешать работе, приносить неприятности и даже заставит нервничать. Из-за всего этого в первой половине месяца вас может подвести здоровье.

Неблагоприятные дни в мае: 15, 20, 24, 29. В июне: 2, 7, 12.

ЛЕВ. После 15 мая небрежность и недальновидность могут привести к неприятностям на работе, юридическим проблемам. В начале июня вы сможете посвятить время себе, семье и домашним делам. После 8-го возможны непредвиденные расходы. С 10 по 15 июня кто-то из вашего окружения может сорвать ваши планы и вызвать серьезные неприятности. В эти же дни также высока опасность травм и аварий.

Неблагоприятные дни в мае: 17, 22, 26, 31. В июне: 6, 9, 14.

ДЕВА. Во второй половине мая у некоторых могут появиться возможности для улучшения материального положения. Не исключено предложение более интересной и перспективной работы. И хотя нерешенные проблемы с партнерами омрачат жизнь, в июне появится возможность их решить и найти пути к примирению. Постарайтесь объяснить своим близким, что невниманию к ним обусловлено нехваткой времени и сил.

Неблагоприятные дни в мае: 16, 20, 25, 30. В июне: 3, 8, 13.

ВЕСЫ. С 15 по 31 мая звезды будут благоприятствовать: улучшению положения в делах, решению финансовых вопросов, карьере. Судьба предоставит вам возможность реализовать свои таланты и способности, несмотря на то, что окружающие не всегда будут помогать вам. Первая половина июня будет удачна для любви, налаживания супружеских отношений, поездок и путешествий.

Неблагоприятные дни в мае: 18, 23, 26. В июне: 1, 5, 9.

СКОРПИОН. Во второй половине мая положение звезд будет благоприятно для урегулирования отношений с партнерами, в коллективе, для решения юридических проблем. Улучшатся романтические и семейные отношения. В июне многим придется заниматься ремонтом, завершать начатые дела, отбиваться от различных проверяющих инстанций. С 10 по 15 июня возможны непредвиденные финансовые потери.

Неблагоприятные дни в мае: 15, 19, 25, 28. В июне: 3, 8, 13.

СТРЕЛЕЦ. В последней декаде мая возможны удачные переговоры, покупка недвижимости, новой техники. В начале июня может появиться интересная работа и возможность увеличить доходы. Тем более, что обстановка на нынешней работе станет нестабильной. В доме возможны аварийные ситуации, связанные с канализацией или водоснабжением. В личной и семейной жизни могут возникнуть проблемы, болезни близких.

Неблагоприятные дни в мае: 15, 18, 23, 26. В июне: 1, 6, 11.

КОЗЕРОГ. Вторая половина мая — неблагоприятный период для переезда, покупки недвижимости, предметов роскоши. Отношения с окружающими могут быть напряженными, а упреки и ссоры осложняют отношения в семье и с возлюбленными. Начало июня может принести проблемы со здоровьем. С 5 по 15 июня возможен установление новых отношений, любовных связей, а также интересные поездки и путешествия.

Неблагоприятные дни в мае: 15, 21, 25, 29. В июне: 2, 7, 12.

ВОДОЛЕЙ. Во второй половине мая возможны удачи в профессиональной деятельности, повышение по службе. С 26 по 31 мая будьте внимательны: не исключены потери, кражи, ошибки в расчетах. В июне могут произойти положительные изменения в карьере, не исключены крупные покупки. В некоторых семьях ожидается прибавление. Намеченные на этот период поездки позволят отвлечься и передохнуть.

Неблагоприятные дни в мае: 17, 21, 26, 31. В июне: 6, 10, 15.

РЫБЫ. С 15 по 20 мая не стоит давать обещания, подписывать договора, совершать крупные покупки. Скоро появится возможность хорошо заработать. С началом лета вас ожидают романтические встречи, неожиданные и выгодные деловые предложения. С 10 по 15 июня будьте внимательны: допущенные ошибки могут повлиять на ваш авторитет. В личной жизни все спокойно, а вот здоровье потребует повышенного внимания.

Неблагоприятные дни в мае: 16, 21, 25, 30. В июне: 4, 7, 12.

ПРИЧЕСКА И ХАРАКТЕР

Почему некоторые женщины всю жизнь носят одну и ту же прическу, а другие постоянно меняют то длину, то цвет волос?

Дело здесь не в желании угодить за модой, а во внутреннем психологическом состоянии. Ведь волосы, по мнению итальянского психолога Глории Росси, символизируют наше отношение к свободе. Она считает, что прическа может многое рассказать о характере женщины, ее страхах и скрытых желаниях.

ОТКРЫТЫЙ ЛОБ ИЛИ ЧЕЛКА

Женщины, которые полностью открывают лоб, зачесывая волосы назад, нацелены на продвижение вперед, стремятся контролировать любую ситуацию, не боятся обстоятельств, не боятся ни жизненных невзгод, ни осуждения окружающих. Из них получаются хорошие лидеры и бизнеследи, ведь они не боятся риска. Правда, иногда бесстрашие может спровоцировать их на необдуманные действия и шокирующие поступки.

И, наоборот, женщины, которые побаиваются жизни и ответственности, плохо умеют ладить с людьми или чувствуют себя неуверенно, отрачивают себе «броню» против окружающих людей — челку. Чем длиннее и гуще челка, тем чувствительнее и ранимее женщина, которая за ней прячется. Челка на лице женщины может появляться или исчезать, в зависимости от изменения жизненных обстоятельств. Почувствовав себя увереннее в жизни, обретя хорошую работу или спутника жизни и защитника, она часто отказывается от челки.

ПРОБОР

Прямому пробору отдают предпочтение женщины закаленные с активным характером, уравновешенные, надежные и законопослушные, сторонники сбалансированной и спокойной жизни. Они не любят суеты вокруг себя и всячески демонстрируют окружающим, что они динамичны, просты, ходят проторенными путями и не станут рисковать, не просчитав все на сто ходов вперед.

А пробор сбоку — символ пытливой натуры, которой надо докопаться до истины, до самой сути, понять, что, как и почему. Обычно это женщины дружелюбные, умеющие ладить с людьми. Они, как правило, обладают хорошей интуицией, но очень редко следуют ей, так как нерешительны и постоянно сомневаются в своей правоте. Те, кто носит левосторонний пробор, очень женственны, но стесняются этого, а те, кто носит правосторонний пробор — имеют в характере некоторые мужские черты и тоже стесняются их.

ВОЛОСЫ НА ЗАТЫЛКЕ И ВИСКАХ

Затылок, который мы с трудом можем рассмотреть в зеркале, символизирует наше внутреннее «я», наше истинное лицо, которого мы и сами толком не знаем. Поэтому стрижки и прически с открытым затылком делают те женщины, которые не прочь показать окружающим себя настоящую.

Женщины, которые зачесывают волосы на висках назад или закладывают пряди за уши — натуры открытые, любят изучать мотивы своих и чужих поступков. Они терпимы к чужим недостаткам и считают, что каждый человек имеет право вести себя так, как считает нужным.

Прикрывают лицо боковыми прядями женщины-интроверты, не доверяющие окружающим и пекущиеся только о личной свободе.

КОСЫ, ПУЧКИ И ДРУГИЕ

Все женщины открывают или закрывают лица волосами и проводят проборы. Но неизменная любовь к какой-то конкретной прическе — это тоже характеристика.

Косы и всевозможные плетения носят девушки «правильные»: скромные, ответственные, целеустремленные, трудолюбивые, любящие пометчать и... замкнутые. Чем туже заплетена коса, тем более замкнута ее хозяйка. У таких женщин не бывает больше одной-двух подруг, проверенных временем.

Девушки и женщины, предпочитающие завязывать волосы в хвост, упрямы, амбициозны, любознательны и всегда добиваются своей цели. Это прекрасные дочери, жены и матери. Для них семья всегда на первом месте.

Пучок на голове — вовсе не признак старомодности. Пучки носят требовательные к себе и окружающим, знающие себе цену женщины. Чем выше пучок, тем выше и самооценка.

Женщины, открытые для общения, простые и всегда готовые помогать окружающим, обычно носят просто распущенные волосы. Их часто волнует неосознанный страх выглядеть нескромно, поэтому они выбирают самую простую, на их взгляд, прическу.

Для совсем молоденьких девушек распущенные волосы — это показатель статуса взрослого человека.

Кудри и локоны носят те женщины, что больше всего озабочены обустройством своей личной жизни. Причем, чем мельче кудри в их прическе, тем больше они хотят привлечь внимание мужчин.

Женщины, предпочитающие всем прочим стрижкам каре, обычно выглядят стильно и изящно. Окружающим они кажутся амбициозными и капризными. Но чаще всего они очень общительны, дружелюбны, с нежной ранимой душой. Да, они строго подходят к выбору, начиная с одежды и заканчивая мужем и друзьями, потому что хотят самого лучшего. Но тем, кто прошел их строгий отбор, они преданны и верны до конца.

Любительницы стричься «под мальчика» уверены в себе и независимы, они обладают практичным, логичным умом, имеют трезвый взгляд на вещи и успешно строят карьеру.

Как правило, авангардные асимметричные стрижки пробуют на себе женщины оригинальные и сумасбродные. Они энергичны, независимы, фонтанируют идеями и легко притягивают к себе людей.

И ЕЩЕ

Женщин, постоянно меняющих стрижки, прически и цвет волос, что-то не устраивает в их жизни, но они не ждут милости от природы, а каждый раз ставят перед собой новую цель и идут к ней.

Легкий беспорядок на голове и полное неприятие каких бы то ни было заколок, резинок и шпилек — визитная карточка романтической, не совсем уверенной в себе натуры.

Дамы с вычурными прическами отпугивают мужчин своей кажущейся неприступностью, но на самом деле они сами слегка побаиваются мужчин и предпочитают выглядеть высокомерными, чем доступными.

Подготовила Валентина ЖИЛИНА





ЛЮБЛЮ ОБОИХ И НЕ МОГУ ВЫБРАТЬ

Возможно, вам покажется, что это нонсенс, что нельзя любить двоих. Но психологи со всей серьезностью утверждают, что человек способен любить двоих — каждого за что-то свое, по-разному, но одинаково сильно. Потому что из черт этих двоих складывается идеальный образ, который с детства сидел в подсознании. Но любовь сразу к двоим всегда связана с тяжелыми душевными переживаниями.

ЛЮБОВЬ БЫВАЕТ РАЗНАЯ

У каждого человека свое представление о любви. Кто-то считает, что это взаимное уважение, желание быть вместе и дарить друг другу радость. Кто-то убежден, что любовь — это прежде всего свобода, когда два человека вместе, но не обременяют друг друга своим эгоизмом и не стремятся «подмять» под себя свою вторую половинку. Есть и такие, кто воспринимает любовь как безудержную страсть и эмоциональную зависимость. Разное представление партнеров о любви часто является причиной поиска недостающих чувств и эмоций на стороне.

Специалисты утверждают, что у человека три главные составляющие мысли и чувств: безопасность, эмоции и привязанности, конкуренция. Причем потребности у всех разные. Кто-то больше нуждается в эмоциях, а кого-то волнует только надежность и безопасность. Но факт в том, что для гармоничных отношений между мужчиной и женщиной нужны все три составляющие. И если какой-то из них нет, один из партнеров невольно начинает искать недостающий фактор на стороне.

ЛЮБОВЬ- ПРИВЯЗАННОСТЬ И ЛЮБОВЬ-СТРАСТЬ

«Семь лет я прожила с Алексеем, который меня безумно любит и делает для меня все, он очень добрый, заботливый и порядочный. Все эти годы я была уверена, что люблю его. Но когда он сделал мне предложение, я ответила, что подумаю. Де-

ло было в том, за полгода до этого я познакомилась с Павлом. Я не планировала менять свою жизнь, со мной рядом был надежный, любящий и любимый мной человек. Но Павел оказался человеком, которого, как мне кажется, я ждала всю жизнь, о котором мечтала. Мы понимаем друг друга с полуслова, не можем наговориться. Через какое-то время я поняла, что ЛЮБЛЮ по-настоящему. Мы сходим с ума друг по другу. С Павлом я узнала, как можно испытывать счастье от одного прикосновения, взгляда, просто оттого что он рядом. Когда он сказал, что хочет создать со мной семью и хочет детей от меня, я решила, что больше не могу ждать и ушла от Алексея. Но очень быстро поняла, чего в отношениях с Павлом мне не хватает. Я почему-то с самого начала была не уверена в нем, в его помощи и поддержке, просто не отдавала себе в этом отчет, потому что имела все это дома.

Я все чаще вспоминала нашу жизнь с Алексеем, нервничала, у меня сердце болело за Алексея, он очень тяжело перенес наш разрыв. Он постоянно звонил и звал обратно, говорил, что я для него — смысл всей жизни. В наших отношениях с Павлом начались проблемы, чисто житейские, причем такие, которые обычно решает мужчина, но все они легли на мои плечи. Я постоянно вспоминала, насколько спокойно и комфортно мне было с Алексеем, и, наконец, не выдержала и вернулась к нему. Он не попрекнул меня ни словом. Мы прекрасно живем, но Павла я забыть не могу. Алексей слишком спокойный, я его обожаю, но с Павлом жизнь казалась такой яркой, полной эмоций. Получается, что я и Алексея люблю, и Павла, но по-разному. Раньше я думала, что любить двоих невозможно, пока не столкнулась с этим сама. И теперь не знаю, что делать». **Инга, 27.**

В такой ситуации оказывались многие женщины. К одному мужчине Вы привязаны, с ним надежно и комфортно, с другим чувствуете накал эмоций и страстей. Но каждый из них может дать Вам только то, что может, просто потому, что они разные люди, поэтому в отношениях с каждым из них Вам чего-то не хватает.

Получается, что Вы не любите всем сердцем ни Алексея, ни Павла, Вы любите лишь те их качества, которые Вам близки, в которых у Вас есть потребность. В этом и кроется ответ на вопрос, что делать. Искать такого, который сможет удовлетворить обе эти потребности, даст страсть и накал эмоций и при этом будет нежен, внимателен и надежен. Лучший выход в этой ситуации — взять тайм-аут, какое-то время не общаться ни с одним из них и подумать, согласны ли Вы лишь на часть необходимых Вам чувств и эмоций с одним из мужчин.

ОНИ ТАКИЕ ОДИНАКОВЫЕ

«Даже в подростковом возрасте я не заглядывалась на красивых мальчиков. Мне больше нравились умные, активные, с чувством юмора. Именно такого я думала выбрать себе в мужья. Когда училась в институте, познакомилась именно с таким парнем и влюбилась. С ним всегда было интересно и весело, у нас даже было общее хобби, мы увлекались туризмом. Но однажды я поехала в турпоход без него, он был на практике, и там познакомилась еще с одним молодым человеком. Он тоже большая умница с прекрасным чувством юмора. Мы много общались, смеялись и через две недели я поняла, что влюблена. Для меня это был шок. Ребята были так похожи, не внешне, по характеру. Как выбрать? Еще три месяца я прожила как в угаре, встречалась по очереди с обоими, но потом поняла, что вечно так продолжаться не может, надо что-то решать, тем более, что оба они были готовы сделать мне предложение. Возможно, кто-то подумает, что я поступила безнравственно, но как показала жизнь, я оказалась права. Во времена моей молодости нравы были более строгими, поэтому близких отношений у меня не было ни с одним из моих любимых. Но я прекрасно понимала, что семейная жизнь

— это не только общие интересы, но и интимные отношения, и тогда я решила, что надо переспать с обоими и понять, кто из них мне больше подходит. Оказалось, что в постели они абсолютно разные. Мне показалось, что нежность и внимательность предпочтительнее, чем напористость и эгоизм. Вот так и было принято решение. Мы живем в браке с мужем почти двадцать лет, и я ни разу не пожалела, что выбрала именно этого мужчину». **Наталья, 41.**

Сразу видно, что Вы — человек прагматичный, и к выбору подошли очень рационально. Вы не побоялись заглянуть в будущее и представить свою совместную жизнь с одним мужчиной и с другим. Многие женщины, которые испытывают чувства сразу к двум мужчинам, очень боятся этого. А ведь только увидев мысленно, кто из них представляется рядом и через десятилетие, можно сделать окончательный выбор.

ЛЮБОВЬ-ЖАЛОСТЬ

«Я» два года встречалась с молодым человеком, мы уже подыскивали квартиру, чтобы жить вместе, у нас были прекрасные отношения, как вдруг на работе меня отправили на годовую стажировку в соседнюю область. Никита поехать со мной не смог, и первое время я жутко по нему скучала, целыми вечерами просиживала в скайпе. А потом познакомилась с одним из моих нынешних коллег. Не мужчина, а мечта всей моей жизни. Я даже не поняла, как влюбилась в него по уши. Он тоже меня любит. Последние три месяца живу, как в аду. По вечерам по-прежнему общаюсь с Никитой, вижу его, слышу и понимаю, как он мне дорог, как многое нас связывает. Нет сил сказать ему, что наши отношения закончены. Даже домой к родителям съездить боюсь, выдумываю причины. Понимаю, что как только мы встретимся, я могу послать свою стажировку к черту и остаться. А ведь моего нынешнего я люблю безумно. Он все, что мне нужно. Что делать?» **Олеся, 29.**

Вы не можете решиться расстаться со своим прежним молодым человеком, потому что Вас мучает чувство вины перед ним, Вам его жалко. А жалость в таком деле плохой советчик. Подумайте, ведь Вы оказываете ему медвежью услугу. Он Вас любит, ждет, строит планы на будущее. А Вы свое будущее видите совсем с другим мужчиной. Честнее будет все рассказать и расстаться. Конечно, ему будет больно, но он переживет это и начнет строить свою жизнь без Вас. Да, разговор предстоит сложный и провести его надо не

по скайпу, а с глазу на глаз. Но Вы увидите, насколько вам станет легче жить, дышать и любить, когда Ваш невольный обмен раскроется и Вы расстанетесь, честно объяснившись.

КЛАССИЧЕСКИЙ ТРЕУГОЛЬНИК

«Я» уже десять лет замужем, у нас дети. Вроде бы все прекрасно. Муж отличный семьянин, добытчик, внимательный и любящий отец. Ко мне прекрасно относится. Я его люблю и у меня даже в мыслях никогда не было расстаться с ним, хотя интимная жизнь у нас плохо ладится. Видимо, у нас разные темпераменты. Именно поэтому у меня есть любовник. Я встречаюсь с ним дважды в неделю вот уже пять лет. Он очень интересный мужчина, поэтому нас связывает не только постель, поговорить тоже есть о чем. Он женат, и у него в семье та же проблема. Иногда мы жалуемся друг другу на свои половинки. Вот только выхода не видим». **Ксения, 34.**

Еще Фрейд писал о «раздвоенной» любви. Он считал, что в каждом из нас существуют два влечения

— нежное, похожее на материнскую любовь, и чувственное, сексуальное. У кого-то оба эти влечения направлены на одного человека, у кого-то на двух. У Вас эти влечения оказались направлены на разных мужчин.

Вот только интересно, Вы когда-нибудь поднимали вопрос о несовпадении темпераментов с мужем, говорили с ним на эту тему откровенно? Или просто завели себе любовника?

К сожалению, найти выход из Вашей ситуации сложно. Физиология вещь упрямая, она требует свое, поэтому отсутствие гармонии в постели — вопрос важный, и отмахиваться от него нельзя. Поскольку расстаться с мужем Вы не собираетесь и необходимость иметь любовника Вас тяготит, возможно, есть смысл в том, что-

бы с помощью хорошего сексолога найти выход из ситуации.

КАК ВЫБРАТЬ?

Именно любовь к двоим и есть настоящий любовный треугольник, который не может существовать вечно. Рано или поздно все равно придется делить выбор.

Чтобы сделать выбор, надо прежде всего снять с себя розовые очки романтики любовных отношений. Потом сделать **первый шаг**, посмотреть со стороны на обоих избранников и понять, почему каждый из них оказался рядом с вами. Потому что вам не хватало накала страстей? Потому что хотелось реализовать свои амбиции? Потому что вас обидели и было нужно, чтобы кто-то пожалел?

В идеале **вторым шагом** идет сравнение. Психологи часто советуют разделить бумагу пополам и выписать плюсы и минусы каждого кандидата, так нагляднее. Но помните, что проводить такой анализ следует вдали от обоих любимых. Только дистанция позволит взглянуть на ваши отношения с ними непредвзято.

Шаг третий. Запишите на листке, за что вы благодарны одному своему избраннику, а за что второму. Постарайтесь почувствовать, к кому у вас более искренняя благодарность. Откровенно поговорите со своими поклонниками об их жизненных целях и планах на будущее, лет на десять вперед. Чьи цели вам ближе и понятнее? Чьи мечты совпадают с вашими?

А может быть, ничьи? Люди часто бросаются словами любви необдуманно, а потом начинают верить в то, что любят. Если возникло сомнение в любви или их оказалось две, подумайте, а была ли любовь? Может то, что вы считали любовью — это только память о счастливом прошлом и благодарность или мимолетная влюбленность?

На самом деле, проблема выбора быстро разрешится, как только вы поймете, от кого из двоих вы готовы отказаться, а кого боитесь потерять больше всего. Представьте себе ситуацию, в которой решение нужно принять очень быстро, не откладывая. Когда человек оказывается в такой ситуации, он отвечает на важные вопросы только честно и правдиво.

Нельзя всю жизнь метаться между двух огней, ждать, когда обстоятельства решат все за вас, выбирать все равно придется. Но в момент выбора думайте не столько о своих влюбленных, сколько о себе. Это не эгоизм. Когда дело касается любви, невозможно сделать так, чтобы всем было хорошо. В любовном треугольнике всегда кому-то будет плохо. И жалость выбору только помешает, а не поможет.

Подготовила
Мария ДРОНОВА



48 Интерьер МЕБЕЛЬ ИЗ ПАЛЕТ

Если мужчины в вашей семье обладают хотя бы элементарными столярными навыками, вы можете стать обладателями дешевой эксклюзивной мебели для дачи, взяв за основу обычные палеты. Покупать лучше палеты из остроганных досок. Но и необлагороженные палеты тоже можно острогать, надо лишь на тех поверхностях, которые следует обработать, глубже утопить гвозди, которыми они сбиты, чтобы не испортить инструмент.

Любую мебель из палет, которую вы планируете оставить под открытым небом, следует либо выкрасить краской для наружных работ, либо обработать паяльной лампой и покрыть лаком. Даже мебель для открытой веранды следует покрасить, хоть она и будет стоять под крышей. Так вы обезопасите древесину от влажности.



КАК НА ПЛЯЖЕ

Из палет легко смастерить низкие лежаки с приподнятым изголовьем. Найдите в саду солнечный уголок, воткните рядом пляжный зонт и загорайте в свое удовольствие.



УГОЛОК ДЛЯ ОТДЫХА

Внешний вид мебели для уголка отдыха зависит от того, где вы будете его ставить, ну и, разумеется, от количества имеющихся палет.

Никому и в голову не придет, что угловой диван и столик выполнены из палет, если их вертикальные поверхности задекорировать крашеным гипсокартоном или плотной тканью, а сиденья, спинку дивана и столешницу накрыть подушками из толстого поролона, обшитого тканью.

Две неширокие скамейки с подушками вместо спинок и столик украсят любую веранду. Особое очарование этому уголку придают подушки, подвешенные на кронштейн для штор. Паты с липучками можно сшить подлиннее, чтобы регулировать высоту, на которой будут висеть подушки.

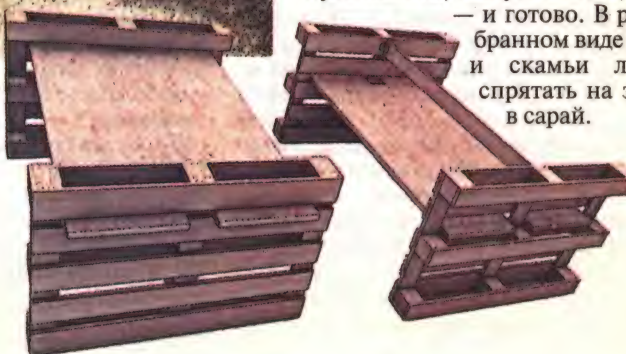
Низкие скамейки и столик можно выставить в сад и разместить под деревьями. На них удобно прилечь и подремать в перерывах между дачными работами.



ОБЕД НА СВЕЖЕМ ВОЗДУХЕ

Чтобы всей семьей можно было собираться за столом на свежем воздухе, смастерите из палет обеденный стол и скамьи.

Поставьте палеты вертикально и соедините их листами ДВП, закрепив столешницу повыше, а сиденья на скамьях — пониже. Главное достоинство этого столового гарнитура в том, что его легко разобрать. Достаточно раздвинуть палеты, вынуть листы ДВП — и готово. В разобранном виде стол и скамьи легко спрятать на зиму в сарай.



ЛЕГКАЯ БЕСЕДКА

● Из палет можно сделать не только мебель, но и беседку: пол, крышу и две стены. Для укрепления свободно висящего угла крыши подведите под него металлическую трубу, которая одновременно будет служить основой для небольшой барной стойки или столика. Роль сидений в такой беседке прекрасно будут выполнять широкие полки из палет.



ЛЕСТНИЦА ИЗ ПАЛЕТ

● Если вам нужны на участке ступени к высокому крыльцу дома, или ваш участок расположен уступами и надо облегчить подъем из одного уголка сада в другой, достаточно всего лишь уложить в нужном месте палеты и соединить их так, чтобы они образовали ступени.



КУХОННЫЕ ПОЛОЧКИ

● Палеты могут организовать пространство на дачной кухне. На перекладинах палет прекрасно поместятся посуда и продукты в малой расфасовке. А можно вбить в палеты крючки и развешать на них кухонную утварь: сковороды, дуршлаги, повешки.

Кухонные полочки из палет выглядят очень по-дачному.



ДАЧНАЯ КРОВАТЬ

● Из шести палет получается прекрасная основа для кровати. Соедините их, покрасьте и положите сверху толстый матрас. Конечно, он тоже стоит денег, но такая кровать обойдется гораздо дешевле.

Подготовила
Галина УШАКОВА

ОН ВАС ЛЮБИТ?

Вы его просто обожаете, но не уверены, что он чувствует к вам то же самое, и это сводит вас с ума. Успокойтесь и, ответив на вопросы нашего теста, вы узнаете ответ на свой...

ОН БЕЗ УМА ОТ ВАС!

Он не устает любоваться вами, называет красавицей, восхищается остротой ума и глубиной вашей личности. Он никогда не предпочтет встречу с друзьями времени, которое может провести с вами, поскольку его внимание безраздельно принадлежит вам. Полностью вам доверяя, он рассказывает о своих тайнах и неловких моментах. Вы для него и королева, и лучший друг. Вам можно позавидовать.

ОН ЧУВСТВУЕТ ПРИВЯЗАННОСТЬ

Между вами существует явное притяжение. Вы ему нравитесь, и это очевидно. Он с удовольствием проводит время в вашей компании. Но если вы хотите, чтобы ваши отношения переросли в нечто большее, старайтесь проводить с ним больше времени. Только так вы сможете лучше узнать и понять друг друга, а заодно и проверить, испытываете ли вы оба то, что сделает вас счастливыми.

УВЫ, НО ОН К ВАМ РАВНОДУШЕН

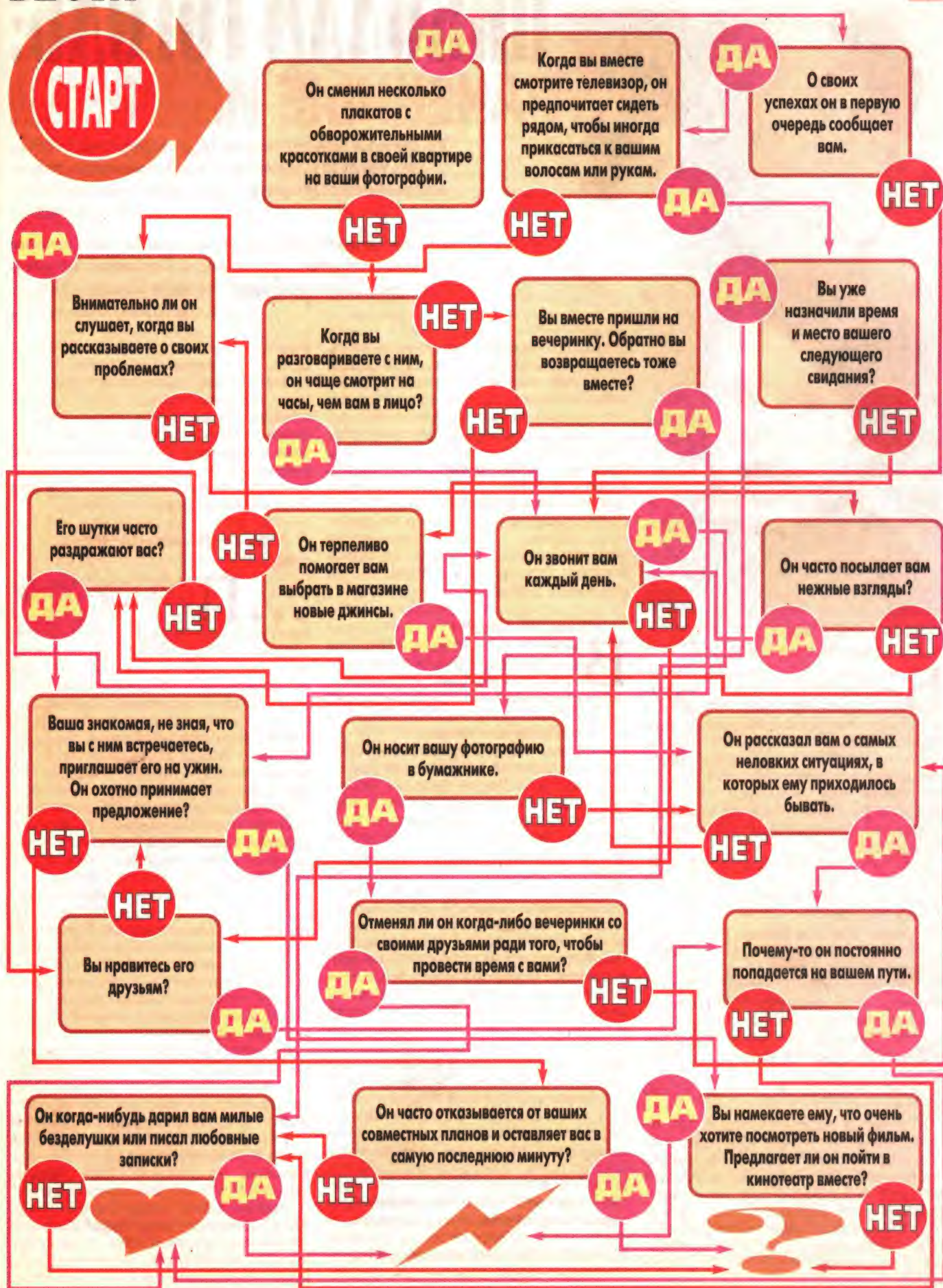
К сожалению, приходится констатировать, что он далек от любви к вам. Мужчина, заинтересовавшись вами, всегда найдет способ дать вам почувствовать себя красивой, значительной и нужной. Будет проявлять внимание к вашим проблемам, уважать ваши увлечения и интересы.

Вы безусловно заслуживаете королевского обращения, но своего принца вам придется искать в другом месте.



ТЕСТ

РЕЗУЛЬТАТЫ ТЕСТА



НИКОЛАЙ ГОГОЛЬ:

УТРАЧЕННЫЕ ИЛЛЮЗИИ

Кто был музой великого писателя? Где, в общении с кем, в любви к кому черпал он вдохновение, создавая произведения, ставшие классикой русской литературы и составившие в ней одни из самых замечательных страниц?

Гоголь не был женат, но благодаря биографам писателя мы знаем о некоторых его сердечных привязанностях. К сожалению, ни одна из этих привязанностей не смогла стать чем-то большим — а ведь он этого, судя по всему, очень желал...

Юноша с несколько кривыми ногами, длинным носом и смешным хохолком на голове, всем своим видом здорово напоминающий цаплю, нравиться девицам никак не мог. Правда, часто в таких делах отсутствие внешней привлекательности компенсировалось наличием толстого кошелька. Юный Коленка Гоголь-Яновский, приехавший покорять Петербург своим творческим гением, не имел ни того, ни другого. Плюс еще невероятная застенчивость! Тем не менее, женщины все-таки становились предметом его серьезного увлечения.

послано на жизненном пути, дабы «лишить меня покоя, расстроить шатко-созданный мир мой». Вполне естественно предположить, что юный провинциал-романтик отчаянно влюбился в высокопоставленную светскую даму или девицу и в сердечном порыве очертя голову помчался вслед за ней за границу? Может быть, такой и должна быть первая любовь?..

АННА «НОЗИНЬКА» — СТРАННАЯ ЛЮБОВЬ?

...Прошли годы. Гоголь уже знаменитый писатель, прославившийся «Вечерами на хуторе близ Диканьки» и «Ревизором», «Старосветскими помещиками» и «Мертвыми душами». Но, как сказал один из его биографов, он взрослел, а опыта — того самого, специфического — не прибавлялось.

Интересно-странные отношения сложились у Гоголя с младшей из сестер Виельгорских — Анной. Старшие уже были замужем, а младшая еще оставалась в невестах, чему в известной мере способствовали заурядность ее натуры и малопривлекательная наружность — домашние ласково прозвали ее «Нозинькой» (что-то типа «носатенькая»).

Естественно, именно она и стала главным объектом, на который прежде всего обратилось влияние Гоголя, переполненного религиозно-мистическими умонастроениями. Но вскоре к этим умонастроениям присоединилось некое чувство, довольно быстро развившееся в желание предложить «бедной девушке» руку и сердце!

Но знатному человеческих душ и характеров оказалось совершенно недоступным искусство общения с дамами. Если вам нравится девушка, которой вы намереваетесь предложить руку и сердце, то, чего греха таить, хотя бы маленькая лесть должна стать неременной частью ухаживания. А Гоголь? Представляете, «влюбленный» мужчина письменно выговаривает своей «возлюбленной»: «Да вам же совсем не к лицу танцы! Ваша фигура не так стройна и легка. Ведь вы хороши собой! Знаете ли вы это достоинство? Вы бываете хороши только тогда,

МОЛОДОЙ ЧЕЛОВЕК С НЕКАЗИСТОЙ ВНЕШНОСТЬЮ

Биографы и мемуаристы, описывающие те или иные аспекты жизни Николая Васильевича Гоголя, в один голос утверждают, что рядом с ним никогда не было женщины. Женщины — взаимно любимой, обожаемой, боготворимой, — которая, будучи женой, или любовницей, или «просто вдохновительницей», могла бы стать музой его творчества, своеобразным «соавтором» его произведений.

Действительно, у Гоголя не было ни жены, ни любовницы, ни «вдохновительницы», хотя в последнем случае не все так просто.

В зрелом возрасте Гоголь, уже будучи глубоко религиозным человеком, остро нуждался в «послушниках», внимавших бы ему как оракулу. Поэтому любил окружать себя женщинами — которым льстило внимание великого писателя и которые, возжадав вернуться на путь добродетели, беспрекословно исполняли его волю. Но среди них практически не было ни одной, кто разбудил бы его сердце...

По мнению литературоведов, Гоголь «романтических чувств изображать не умел», представляя их довольно поверхностно и даже выпендренно, а лучший женский образ, созданный им — старуха Коробочка. Возможно, дело было в том, что не было у писателя специфического жизненного опыта — опыта общения с женщинами. Но откуда ему было взяться?..

ЛЮБЕКСКАЯ ЗАГАДКА

Вобщем, о личной жизни Николая Васильевича Гоголя известно очень и очень мало. И практически полностью под покровом тайны остается вот уже почти два века его «любекское приключение».

За первые полгода пребывания в Петербурге событий в жизни молодого и амбициозного Гоголя было не так уж много, фактически все они так или иначе были связаны с покорением литературного Олимпа. Но первый приступ кончился полным фиаско — и в августе 1829 года Гоголь внезапно уезжает из Петербурга за границу, в вольный немецкий город Любек. А через полтора месяца — возвращается. Что происходило в вольном городе, нам неизвестно. Некоторый свет на причины этого неожиданного вояжа проливает письмо Гоголя матери, написанное перед отъездом: «Кто бы мог ожидать от меня подобной слабости... Я бы назвал ее ангелом, но это выражение низко и некстати для нее... В порыве бешенства и ужаснейших душевных терзаний я жаждал, кипел упиться одним только взглядом, только одного взгляда алкал я... Лицо, которого поразительное блистание в одно мгновение печатлется в сердце; глаза, быстро пронзающие душу; но от их сияния, жгучего, проходящего насквозь всего, не вынесет ни один из человеков... Это было божество... Но ради Бога не спрашивайте ее имени. Она слишком высока, высока!..» Он уверяет «маминьку», что «божество»

когда в лице вашем появляется благородство душевное. Нет у вас этого выражения — вы становитесь дурны!» О, как!

За такие комплименты «женеху», как говорится, можно было бы и на порог указать. Но Виельгорские, как люди воспитанные, все-таки дождались, пока Николай Васильевич сделает предложение, и только потом отказали!

В общем-то, реакция абсолютно предсказуемая. Мать семейства, урожденная принцесса Бирон, не захотела породниться с писателем хотя и знаменитым, но имевшим по «Табели о рангах» самый нижний чин коллежского регистратора. Что мог дать он девушке из знатной семьи? Да ничего, кроме своего имени...

Получив отказ, Гоголь попытался объясниться с Анной Михайловной в письме: «Я много выстрадал с тех пор, как расстался с вами... Думаю, все случилось оттого, что мы еще не довольно друг друга узнали и на многое очень важное взглянули легко... Вы бы меня лучше узнали, если бы случилось нам пожить где-нибудь не праздну, но за делом. Зачем, в самом деле, не поживете вы в подмосковной вашей деревне?.. Я бы к вам приехал также. Мы бы все вместе принялись дружно хозяйничать. А если бы при этом каждый помолился покрепче Богу, чтобы помог ему исполнить свой долг, — мы бы, верно, все стали чрез несколько времени в такие отношения, в каких следует нам быть...»

Однако, объяснение ничего не изменило...

ОДНОГОДКИ И... ТОЛЬКО ДРУЗЬЯ!

Наверное, единственная женщина в жизни Гоголя, к которой меньше можно отнести эпитет «утраченная иллюзия» — это Александра Осиповна Смирнова-Россет. Эта выдающаяся личность своего времени, блестящая дама света, за которой ухаживал сам царь, ближе всех стояла к великому писателю, лучше других понимала его непростой характер и, можно сказать, во многом была «поверенной его души».

Родилась Александра Осиповна, как и Гоголь, в Малороссии — в Одессе, в том же 1809 году, лишь месяцем ранее его. Детство ее прошло в имении бабушки близ Николаева, образы Малороссии, которую она всегда считала своей родиной, вызывали у нее ностальгические воспоминания после шумных балов и надоедливых светских разговоров.

В марте 1826 года она окончила Екатерининский институт и была назначена фрейлиной сначала вдовствующей императрицы Марии Федоровны, а затем супруги Николая I императрицы Александры Федоровны, при которой будет состоять долгие годы.

Пламенные кавалеры и перспективные женихи у нее не переводились, но вышла замуж она по расчету за невзрачного, но богатого камер-юнкера Н. Смирнова: к тому времени она стала сиротой, а за звучными титулами пряталась плохо скрываема бедность.

В жилах ее текла и французская, и грузинская кровь, от своих предков она унаследовала живость, восприимчивость ко всему и острое, изысканное привычки, любовь и вкус к музыке, пламенное воображение и глубокое религиозное чувство, восточную красоту и непринужденность в общении.

«Черноокой Россети» посвящали стихи многие воздыхатели, прекрасные строки посвятил ей и Пушкин. Первое знакомство начинающего писателя с Россет состоялось в 1831 году в Царском Селе, куда «Гоголька» чуть ли не насильно привел Жуковский. Да и то перепуганный молодой человек все норовил ударить от фрейлины Ее Императорского Величества. Но — это внешне. А внутри — Гоголь покорен и очарован, и первые три экземпляра вышедших через год «Вечеров на хуторе близ Диканьки», с дарственной надписью автора, «распределяются» так: Пушкину, Жуковскому, Александре Осиповне...

Их общение очень долго не выходило за пределы «салонного», легкого и непринужденного. Для одноклассников и земляков по рождению одним из общих интересов и излюбленной темой живых разговоров была Малороссия; Александра в шутку называла Гоголя «хохликом», а себя — «хохлячкой».

А настоящее их сближение произошло в Риме в 1843 году. Молодость прошла, они были на середине четвертого десятка, и именно тогда они остро ощутили необходимость общения друг с другом.

Гоголь к тому времени глубоко погрузился в мир религии, называл себя «отшельником», «монахом», поговаривал об уходе в монастырь, прочь от светской жизни.

Смирнова-Россет тоже находилась в глубоком душевном кризисе, ощущая «жгучую потребность очистить себя от мутных осадков бесцельной великосветской толчеи». Обязательным элементом жизни Александры Осиповны тех лет стало посещение церкви, замаливание грехов и усердное переписывание псалмов. И только в авторе «Мертвых душ» она найдет поистине родственную душу, только ему откроет она свое сердце.

В это время они стали наиболее духовно и дружески близки. Их влечение было обоюдным, а общение — разносторонним, «многотемным». Сохранилось около семидесяти писем Гоголя к Россет (правда, широкой аудитории известны лишь пять). Кроме того, именно «милой Александре» Гоголь посвятил много страниц своих бессмертных «Выбранных мест из переписки с друзьями». «Женщина в свете», «О помощи бедным», «Что такое губернаторша», — главы, которые были ранее письмами к Александре Осиповне.

Однажды в разговоре с друзьями Гоголь признается, что Александра Осиповна была для него истинным утешителем тогда, когда никто не мог его утешить. А ей как-то скажет: «Любовь, связавшая нас с вами, — высока и свя-

та. Она основана на взаимной душевной помощи, которая в несколько раз существеннее всяких внешних помощей».

Кстати, единственный раз за все годы их отношений она однажды вдруг прямо спросила его: «Вы влюблены в меня?» Николай Васильевич покраснел и, не найдя что сказать, выбежал прочь!

...Об отношениях Н. Гоголя и А. Смирновой-Россет в высшем обществе ходили разные слухи. Почти два месяца императрица не хотела приглашать ко двору Александру Осиповну, у которой к тому же усложнились отношения с мужем. Кто-то не мог, а кто-то и не желал понять платоническую любовь двух сердец, для которых не стали препятствиями ни расстояния, ни время...

Известен такой факт, очень ярко говорящий о взаимоотношениях и доверии друг к другу этих людей. Один из лучших друзей писателя Ю. Самарин в разговоре с Александрой Осиповной высказался в том смысле, что Гоголь ее не любит, ибо она не имеет того душевного элемента, который мог бы их сблизить, а будто бы он просто изучает ее как художник. К счастью, разрыва не произошло: Александра Осиповна рассказала о таком мнении Николаю Васильевичу, на что тот ответил: «Как умный человек он прав тем, что взглянул на меня со стороны артиста, но он пропустил не безделицу: он пропустил ту высшую любовь, которая гораздо выше артистов и талантов и может быть равно доступна как умнейшему, так и простейшему человеку...»

ВЕЩИЙ СОН. СТРАШНЫЙ СОН...

О том, насколько были близки друг другу эти люди, насколько чувствовали друг друга, может свидетельствовать такой факт.

В 1845 году Александре Осиповне приснился сон, в котором Гоголь сжигал так безумно трудно создававшийся второй том «Мертвых душ». Невероятно обеспокоенная сверхреалистичностью привидевшейся ей картины, она рассказала об этом сне Николаю Васильевичу, выразив надежду, что сон этот обещает «преображение». Преображение «Мертвых душ» в живительный источник любви и силы — именно это она пожелала своему другу и себе увидеть. Однако сон оказался вещим, провидческим и — однозначным. Хотя, может быть, не скажи она о нем...

Александра Осиповна Смирнова-Россет прожила долгую жизнь, она умерла в Париже 7 июня 1882 года. На протяжении тридцати лет после смерти Н.В. Гоголя она грустила о нем, храня в своей душе воспоминания о встречах и беседах с ним, и унесла с собой в могилу возможно понятую ею тайну этой великой и трагической личности...

Подготовил Саша МИРТ
по материалам:

И. Золотусский. Гоголь; Г. Белякова. А.О. Смирнова-Россет; С. Гупало. Двое и пустота; Б. Савченко. Вечный девственник; и Интернет-сайтов



ВОПРОСЫ ЮРИСТУ

О праве на получение налогового имущественного вычета при покупке жилья после 1 января 2014 года

О праве на приватизацию и взаимоотношениях нанимателя жилья и членов его семьи

В 2002 году на мое имя была приобретена квартира, стоимостью 350 тыс. руб. Я воспользовалась правом на имущественный налоговый вычет, то есть получила возврат налога за эту квартиру в сумме 45500 руб (350000 x 13%).

В 2013 г. мы с мужем решили приобрести еще одну квартиру и также оформили ее на меня. Мне сказали, что сейчас размер налогового вычета на приобретаемое жилье составляет 2 млн. руб., причем, если при покупке одного объекта весь налоговый вычет не используется, то право на получение остатка налогового вычета возникает при приобретении последующего объекта.

Когда я обратилась в налоговую за получением имущественного налогового вычета за вторую квартиру, мне было отказано со ссылкой на то, что такой вычет мог быть предоставлен только тем,

кто обе квартиры купил в 2014 г. Скажите, правильный ли ответ дал налоговый орган.

В соответствии со ст. 220 Налогового кодекса РФ в действующей редакции, вступившей в силу с 01.01.2014 г., если налогоплательщик воспользовался правом на получение имущественного налогового вычета в размере менее его предельной суммы (то есть, если стоимость приобретенной квартиры составила менее 2 млн. руб.), то остаток имущественного налогового вычета до полного его использования может быть учтен при последующей покупке жилья.

Таким образом, если, например, одна квартира, купленная после 1 января 2014 г., стоила 1,5 млн. руб., то при покупке в дальнейшем еще одной квартиры налогоплательщик может получить налоговый вычет на сумму 500 тыс. руб.

Следует подчеркнуть, что данное положение будет применяться только по отношению к имуществу, приобретенному после 1 января 2014 г.

В отношении имущества, которое было приобретено до 1 января 2014 г., будут применяться ра-

нее действовавшие правила. К примеру, если приобретенная в 2012 г. квартира стоила 1,5 млн. руб., и налогоплательщик уже подал заявление о реализации права на получение имущественного налогового вычета, то в дальнейшем налогоплательщик уже не может более получить налоговый вычет за жилье, которое он приобретет впоследствии.

Исходя из описанной Вами ситуации, с учетом того, что до 2014 г. Вы приобрели квартиру и уже воспользовались правом на получение имущественного налогового вычета, теперь Вы не можете претендовать на повторное получение налогового вычета по этому же основанию.

Я являлась опекуном своей племянницы. Теперь она достигла

совершеннолетия и ее прописали в мой дом. Причем, дом — не приватизирован, и я являюсь нанимателем.

Племянница родила ребенка, и теперь мы живем в маленьком доме вчетвером: я, она, ее муж и ребенок. Я занимаю проходную комнату — зал, а молодые — маленькую комнату. К ним часто приходят гости, ходят через мою комнату, не дают мне спать. Молодые своего жилья не дают, хотя они стоят на очереди. Я бы хотела приватизировать свой дом. Племянница говорит, что единственный выход — родить второго ребенка, чтобы на материнский капитал им приобрести какое-то жилье себе. Я думаю, что это не выход, так как она пока учится, а муж не работает. Подскажите, как нам быть.

В данной ситуации само по себе получение материнского капитала автоматически не решит поставленную Вами задачу по приватизации дома. Дело в том, что правом на приватизацию обладают все зарегистрированные по месту жительства в жилом помещении граждане. Соответственно, даже если семья Вашей племянницы однажды получит материнский капитал, приобретет свое жилье и переедет туда жить, племянница останется зарегистрированной у Вас по месту жительства и сохранит право на участие в приватизации дома.

В ст. 91 Жилищного кодекса РФ содержится норма, согласно ко-

торой, если наниматель и (или) проживающие совместно с ним члены его семьи используют жилое помещение не по назначению, систематически нарушают права и законные интересы соседей или бесхозяйственно обращаются с жилым помещением, допуская его разрушение, наймодатель обязан предупредить нанимателя и членов его семьи о необходимости устранить нарушения. Если указанные нарушения влекут за собой разрушение жилого помещения, наймодатель также вправе назначить нанимателю и членам его семьи разумный срок для устранения этих нарушений. Если наниматель жилого помещения и (или) проживающие совместно с ним члены его семьи после предупреждения наймодателя не устранят эти нарушения, виновные граждане по требованию наймодателя или других заинтересованных лиц выселяются в судебном порядке без предоставления другого жилого помещения.

По сути, данное положение означает, что, если семья Вашей племянницы будет устраивать шумные вечеринки в Вашем доме в ночное время, и это будет каким-либо образом зафиксировано (скажем, протоколами, составленными полицией), то, в конечном итоге, Вы можете обратиться в суд с иском об их выселении.

Но это, скорее, теоретическая возможность, поскольку совершенно очевидно, что писать жалобы на людей, которые проживают с Вами под одной крышей, по меньшей мере, небезопасно, так как это повлечет за собой ухудшение отношений. Однако в любом случае в разговоре с племянницей стоит упомянуть о возможности выселения ее семьи, чтобы как-то повлиять на их поведение.

К сожалению, приходится констатировать, что решение Вашей проблемы лежит скорее в области нравственности, нежели права.

Поэтому Вам необходимо попытаться донести до молодой семьи, что с Вашими интересами следует считаться. Если же попытки что-либо объяснить им не увенчаются успехом, то стоит подумать над тем, как изолировать занимаемую Вами комнату, чтобы через нее не ходили гости семьи Вашей племянницы.

На вопросы отвечали независимый советник по правовым вопросам, член международной ассоциации юристов Н.И. АЛИМКИН и адвокат О.Н. АЛИМКИНА

На вопросы о вере и православии, интересующие наших читателей, отвечает священник Алексей ЗАВГОРОДНИЙ



крестное знамение, и через это мы будем и доказывать Богу, что центром нашей христианской жизни является память об этом чудесном искуплении. И если что-то с этой величайшей святыней происходит, независимо от того, случайность это или нет, это подчеркивает неблагодарное отношение к кресту. Следует незамедлительно пойти в храм и попросить у Бога прощения (поисповедоваться), ну а затем уже приобрести новый крест.

Моя тетя была монахиней. После ее смерти мне досталась ее икона. На ней изображена Богородица с Младенцем, вверху, с двух сторон, два ангела, которые несут какой-то головной убор в виде короны. Внизу надпись: «Чудотворная икона Божьей Матери Браиловской».

Напишите, пожалуйста, что это за икона.

На сегодняшний день очень мало повествований, которые описывают этот образ Пресвятой Богородицы, но все же в 1887 году в одном из храмов Почаевской лавры был найден образ Пресвятой Богородицы, именуемой «Браиловская». На следующий год профессор протоиерей А. Хойнацкий перевез образ в Свято-Троицкий Браиловский женский монастырь (местечко Браилово, Винницкая Епархия, Украина). Икона располагалась в монастыре у солен налево от Царских врат в главном мона-

стырском храме. После закрытия монастыря в 1962 году икона исчезла. По некоторым предположениям, икона может находиться у кого-то из монахинь Браиловского монастыря.

До 14 лет меня звали Татей, а с 14 лет живу с именем Татьяна. У меня не было на руках свидетельства о рождении, а когда я его получила, там оказалось мое имя — Татьяна. К сожалению, я не успела спросить у мамы, каким именем меня крестили. Меня не покидает мысль, что я все-таки Тая. Когда придет время уходить, какое имя будут называть при отпевании, и какое имя потом надо будет писать для поминовения?

По благословению Святейшего Патриарха Кирилла был издан циркуляр, в котором говорится о том, что можно помянуть человека так, как зовут его люди в миру (в исключительных случаях). Ваш случай — исключительный. Только нужно помнить, что в церковном календаре есть имя Таисия. День ангела 23 мая по новому стилю.

Мне хотелось бы узнать, в чем суть соборования и сколько может стоить этот обряд?

Я за свою жизнь соборовалась дважды. И каждый раз все присутствующие клали на стол столько денег, сколько у кого было.

А в это Рождество служители нашей церкви объявили, что за

соборование надо положить на стол по 150 рублей. Некоторые из присутствовавших в это время в церкви прихожан ушли, так как не имели с собой таких денег, остальные соборовались. Существуют ли какие-то определенные «тарифы» на соборование и прочие церковные обряды и таинства или в каждом приходе священник сам назначает их стоимость — какую захочет?

Соборование есть Таинство, за которым Господь через помазание освященным маслом очищает человека от забытых нераскаянных грехов. В церкви существует такое понимание: если человек чем-то заболел, значит, есть в душе какой-то грех, который отдаляет человека от Бога. Чтобы возобновить духовное общение между Богом и человеком, в церкви и установлено это Таинство.

Что касается второй части вопроса, могу сказать следующее.

Для того чтобы храм как-то существовал (платил заработную плату, оплачивал коммунальные услуги и т. д.) Епархиальным управлением устанавливается определенное пожертвование за требы, которые совершаются непосредственно в храме. Но также хочу подчеркнуть, что пожертвование это — условное. Если человек не имеет возможности сделать пожертвование, то необходимо обратиться к настоятелю, и все будет совершено во Славу Божию.

Что делать, если крестильный крестик моей маленькой дочки совершенно случайно попал вместе с мусором в горящую печь? Можно ли просто купить и освятить новый крестик или надо сделать что-то еще?

Из Священной истории Нового завета о крестном знамении можно выделить следующие составляющие. Прежде чем воскреснуть Иисусу Христу и с этим исполнить свою миссию на земле, его распяли на кресте.

Крестная смерть на тот момент была одной из самых позорных, через которую казнили тех людей, которые преступили закон с особой жестокостью.

Иисус Христос был невинным человеком, а значит, он не был достоин такой смерти. И в воспоминание того позора, тех мучений, которые он перенес ради искупления наших грехов, каждый христианин должен постоянно благодарно носить на теле

Православный календарь на июнь

(новый и старый стиль)

5 июня / 23 мая — Отдание праздника Вознесения Господня

7 / 25 — Троицкая родительская суббота. Третье обретение главы Предтечи и Крестителя Господня Иоанна

8 / 26 — День святой Троицы. Пятидесятница.

9 / 27 — День Святого Духа

14 / 1 июня — Отдание праздника Пятидесятницы

15 / 2 — Заговенье на Петров пост

22 / 9 — Всех святых, в земле Российской просиявших.

ДОЧКИ-МАТЕРИ ПО-ГОЛЛИВУДСКИ

Второе майское воскресенье в некоторых странах не просто выходной, а праздник — День Матери. В США существует оригинальная традиция: прикалывать в этот день к одежде свежую гвоздику.

А в Голливуде у дочек знаменитых актрис давно закрепилась традиция идти по стопам матерей. И надо признать, принцип «на детях талантливых людей природа отдыхает» здесь частенько не работает, и 90% «яблочек» падает совсем рядом с «яблоньками».



БУДУ, КАК МАМА

Пожалуй, большинство маленьких девочек, тайком примеряя перед зеркалом мамин наряды и шествуя по квартире в ее туфлях на высоких каблуках, хотя именно этого: быть похожей на маму. Потом дочки подражают мамин прическе, стилю, а нередко и профессии. И звездные семьи в этом мало чем отличаются от остальных.

Уиллоу Смит. Имя этой юной актрисы давно уже на слуху. Не задумываясь, многие скажут, что она дочь знаменитого «человека в черном» — Уилла Смита. Но мало кто знает, что мама ее тоже актриса.

Карьера **Джады Пинкетт-Смит** зачастую остается за кадром, а жаль. Это сегодня она — продюсер, режиссер, писательница, а в прошлом — рок-певица и успешная актриса. Она появлялась и во втором «Крике», и в «Байках из склепа», а в 1996 году сыграла в паре с Эдди Мерфи в комедии «Чокнутый профессор».

Родилась Джада в Балтиморе, штат Мэриленд. Родители развелись после нескольких месяцев брака, и будущую звезду воспитывала мама.

Помимо обычной школы, Пинкетт занималась хореографией и брала уроки игры на фортепиано в школе искусств. В 1988 году в возрасте 17 лет она получила титул «Мисс Мэриленд», год училась в Северной Каролине, но ради карьеры актрисы учебу оставила.

В 1990 году Джаду пригласили на пробы для фильма «Принц из Бель-Эйр», где она могла бы сыграть с будущим мужем — Уиллом, но роль ей не досталась из-за слишком маленького роста. Правда, ее дебют на экране все же состоялся — в том же году (фильм «Истинные цвета»), а со Смитом она познакомилась только спустя пять лет. После двухлетнего романа они поженились, и карьера Джады-актрисы пошла на спад. Зато ей блестяще удалась роль мамы. В 1998 у пары родился сын Джейден, а еще через два года малышка Уиллоу. После ее рождения, в 2003-м, Пинкетт-Смит появилась в роли Ниобы во второй и третьей «Матрицах», а также еще в нескольких картинах.

Теперь она редко появляется на большом экране, но не жалеет об этом, ведь после свадьбы пообещала мужу бросить карьеру раньше, чем та сможет разрушить их брак.

Мама Джады — не звезда Голливуда, а обычная медсестра, но миссис Смит старается быть похожей на нее. Она говорит, что очень благодарна маме за то, что та всегда давала ей возможность заниматься любимым делом. И, очевидно, именно подражая своей маме, так же действует в отношении дочери Уиллоу: помогает ей, направляет, но дает и определенную свободу. Даже когда Уиллоу отстригла волосы, Джада сказала, что красота ее дочери не измеряется длиной волос.

Она, вообще, против многих стереотипов. И если в 2004-м Джада выпустила авторскую книгу, в которой рассказала, что женщина

может повернуть «мужской» мир в нужную ей сторону, то два года назад она уже обратилась к Конгрессу, призывая к более активным действиям против торговли людьми. А сподвигла ее на такие заявления юная Уиллоу.

РУКА ОБ РУКУ

Во время премьерных показов фильмов «Пираты Карибского моря», как и на многих светских вечеринках, рядом с **Кирой Найтли** часто можно заметить даму, которая ее сопровождает. Эта элегантная женщина — **Шерман Макдональд**, талантливый английский драматург и актриса, а еще — мама Кире. Да и по папиной линии звезда унаследовала предрасположенность к сцене, ведь Уилл Найтли — актер. Есть у нее и брат — Калеб, тоже представитель творческой профессии: он — композитор.

Свой путь эта творческая семья начинала в Великобритании.

Маленькая Кира, едва научившись говорить, попросила родителей нанять для нее... агента! С такой серьезной заявкой на успех они решили повременить, но уже с шести лет маленькую звездочку «продвигал» профессионал. Результат не заставил себя ждать: через год Кира получила роль маленькой девочки. Но досталась она ей нелегко. У девочки обнаружилось дислексия — нарушение, связанное с трудностями в обучении чтению и письму.

Но кто же тогда читал бы юной актрисе сценарии! За несколько месяцев упорных занятий Найтли преодолела это препятствие.

Сначала ей доставались эпизодические роли, но «стартовать» ей помогло сходство с Натали Портман. Заметил его Джордж Лукас, который пригласил Киру на роль двойника принцессы Амидалы в «Звездных войнах». Девочки были настолько похожи, что в костюме и гриме их не могли отличить даже родные мамы. Найтли, однако, в тени Натали не задержалась — спасибо маме.

А в 2008 году маме и дочке довелось и поработать вместе. Всем известно, что ради дочки Шерман в свое время оставила карьеру. Ради нее же она вновь вернулась в про-

диглась не просто в семье актеров, а стала продолжательницей многих поколений актерской династии. Отношения родителей так не заладились еще до ее рождения, что очень скоро маме, актрисе **Илдико Джад**, пришлось сбежать от мужа на съемную квартиру вместе с ребенком. Джад ходила по кастингам, маленькую Дрю иногда брала с собой. И в один прекрасный момент в рекламе предложили сняться не маме, а 11-месячной дочке! Но чем старше становилась дочка, тем хуже становились ее отношения с мамой. В какой-то момент воспитанию Дрю гораздо больше внимания уделял ее крестный отец — Стивен Спилберг. А в 17 лет Бэрримор подала иск в

Так, во время скандала вокруг личной жизни звезды «Сумерек» **Кристен Стюарт**, ее знаменитая мама встала на защиту своего непутевого ребенка и отгоняла папарацци, что называется, по периметру. Она утверждала, что это все детское, пройдет, что всем свойственно совершать ошибки. Как же всегда правы наши мамы! Говорят, что своими первыми успехами в кино Кристен обязана именно маме-сценаристу.

Деми Мур тоже помогла своей дочке получить первую роль в кино. В 1996 году она взяла маленькую **Румер Уиллис** на съемки фильма «Стриптиз». Деми научила дочь, пожалуй, главному: быть уверен-



фессию, написав сценарий к фильму «Запретная любовь», в котором Кира сыграла главную женскую роль. Стоит отметить, что в картине есть и достаточно откровенные сцены, но, видимо, под маминым присмотром — можно.

Шерман говорит, что восхищается дочерью, у которой получается делать карьеру, оставаясь как бы вне тусовки. Если бы папарацци еще не лезли в ее личную жизнь, было бы совсем хорошо. И, конечно, она очень гордится своей «звездочкой», которая, кстати, до сих пор не прочь пройтись вместе с мамой по магазинам.

Похожий дуэт сложился и у другой знаменитой актрисы и ее мамы. **Гвинет Пэлтроу** и **Блайт Дэннер** дважды появлялись на экране вместе. В 1992 году в картине «Жестокое сомнение», и через десять лет в биографическом фильме о жизни поэтессы Сильвии Плат. Гвинет тогда сыграла саму Сильвию, а Блайт, как и положено, ее маму. Они частенько вместе ходят на светские вечеринки, и больше походят на лучших подружек, чем на маму с дочкой.

суд, чтобы лишить мать родительских прав. Дело она выиграла, и с тех пор получила право самостоятельно распоряжаться не только своей жизнью, но и гонорарами.

Успели мама и дочь «обменяться комплиментами» в книгах мемуаров. После выхода своей книги Илдико еще и аукцион устроила, на котором распродала детские вещишки Дрю.

Бэрримор не раз говорила, что ей не хватило родительской любви в детстве, что она «потерялась». Действительно, в жизни актрисы была черная полоса, отмеченная нехорошими привычками и поступками, но она сумела перебороть их. И за черной полосой последовала светлая.

Дрю организовала свой продюсерский центр, начала активно сниматься и получила премию «Золотой глобус», стала послом ООН, чтобы бороться с голодом. А в 2012 году, кажется, наладилось, наконец, и с личной жизнью: она вышла замуж в третий раз, за арт-консультанта Копелмана, и родила дочку.

ной в себе. А Румер, как любящая дочь, в любом «желтом» скандале поддерживает маму.

По стопам матери пошла и **Мамми Граммер** — дочь **Мэрил Стрип**. Фамилию Стрип, которая могла бы открыть для нее многие двери, она не взяла принципиально: хотела добиться успеха своими силами.

Такая позиция заслуживает уважения, правда, мать и дочь так похожи, что сомнений в том, чей отпрыск перед вами, ни у кого не остается.

А вот дочери **Ким Бейсинджер** и **Алека Болдуина** — **Айрленд Болдуин** — слава родителей доставила массу проблем. В свое время начинающую модель Айрленд сильно критиковали в прессе и за лишний пиар, и за лишний вес. Может быть, и не зря. Но, отдавая долг дочерней любви, сегодня она всю защищает родителей в соцсетях, когда те попадают в сложные ситуации.

ОБОРОТНАЯ СТОРОНА

Есть, к сожалению, среди актрис и те, кто не может похвастаться идеальными отношениями с родителями. Имя талантливой актрисы **Дрю Бэрримор** тоже в этом списке. Она ро-

МАМЫ РАЗНЫЕ НУЖНЫ...

Сколько семей в Голливуде, столько и историй. Одни проходят за кадром, другие широко освещаются прессой, третьи инициируются самими селебрити в целях пиара!

Подобный список «дочки-матери» можно продолжать бесконечно, но перечислить в нем всех, никого не забыв, очень сложно.

Подготовила **Олеся СПЕРАНСКАЯ**

Меня всегда восхищало «чисто женское мышление». Причем, я уверен, в моем чувстве нет ни капельки подхалимажа или так называемого «джентльменства». Ведь именно за последним часто таится мужское высокомерие. Впрочем, дело совсем не в этом!..

Я ничего не смыслил в математике. Однажды я слушал лекцию на гуманитарную тему и там, в качестве примера, мне поведали, что, мол, великий математик Гедель доказал очень сложную теорему, которая звучит примерно так: нельзя доказать, что система непротиворечива, не выходя за рамки этой системы, если эта система действительно непротиворечива... Сложно, да? Услышав такое, я невольно улыбнулся. Еще там, на лекции, я попытался «перевести» смысл теоремы Геделя на общепонятный язык. У меня получилось примерно следующее: человек, который находится в запертом доме, не сумеет доказать себе, что он не сможет выбраться из этого дома, пока он не осмотрит этот дом снаружи. Понимаете, в чем парадокс?.. Вот посмотрите: вы находитесь в запертом доме. Но пока вы не осмотрите дом снаружи, — а вы не сможете это сделать! — вы имеете право считать, что, возможно, у вас есть выход.

Я окончательно потерял интерес к тому, что говорил лектор, и задумался о человеческих надеждах. Увы и да!.. Человек может получить надежду, только находясь в «запертом доме».

Вот тут как раз стоит перейти к «чисто женскому мышлению». Я сделал открытие... Нет, не Америки. Я открыл, что женское мышление — извините за последующую тавтологию, но лучшей фразы просто нет — как раз и может мочь невозможное. Именно это мышление, как рука барона Мюнхгаузена, способно поднять человека над болотом и над тем «домом», в котором он заперт.

А теперь, в качестве доказательства моей теоремы, послушайте одну занимательную историю.

Вы помните жару 2010 года?.. Это было ужасно! Когда я выходил во двор и наливал в тазик свежую воду, ко мне

подходил исхудавший, вымотанный жарой кот. В его ошалевших глазах я читал немую просьбу: «Утопите меня, пожалуйста, в свежей прохладе!..»

Короче говоря, жара властвовала повсюду, словно пар над горячей сковородкой.

Как раз в это же время, в одной маленькой районной больнице сидела у окошка медсестра Настенька. Настя смотрела на рябину и с грустью думала о том, что ее никто не берет замуж... Знае-

Кстати, это и был его основной диагноз. Что же касается обморожения, то оно было, мягко говоря, минимальным.

Дежурный врач, давась от хохота, стал расспрашивать доставившую мужика женщину — жену больного. Та рассказала следующую историю.

У них с мужем есть продуктовый магазинчик. Расположен он в старом, еще «дореволюционном», купеческом доме. Стены этого дома — и особенно стены подвала —

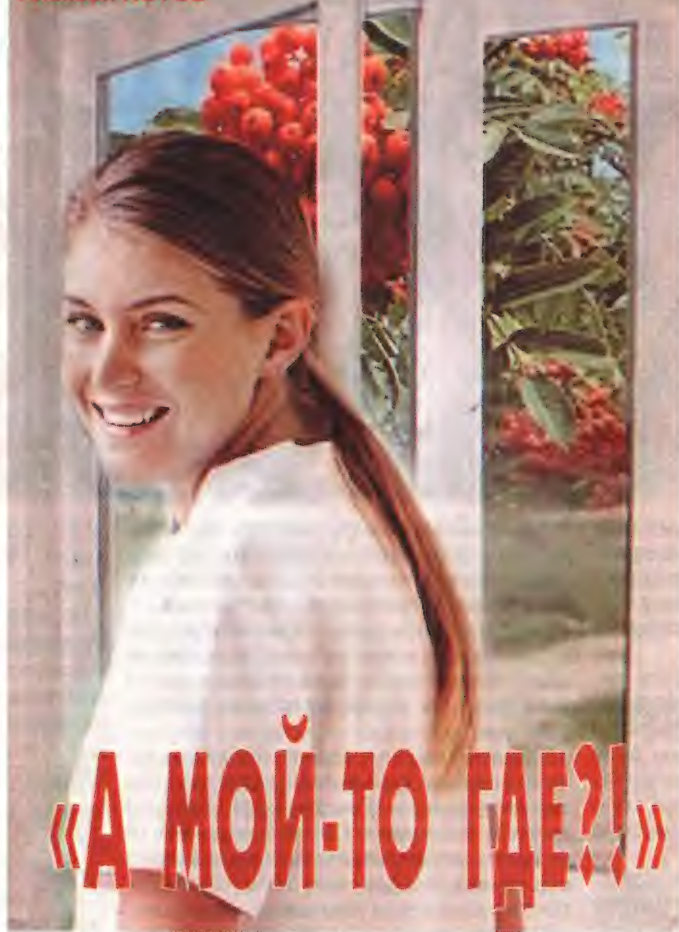
головного мозга мужика (хочется спросить, а был ли у него этот мозг?!) сначала сузились от холода, потом снова расширились, но уже от большого количества водки. Я мало понимаю в медицине, но, очевидно, что мозги мужика взбунтовались. Хотя и маленькие (думаю, даже жалкие!), мозги все-таки подчинялись закону сообщающихся сосудов. Правда, в сосудах мужика была водка... Все кончилось хорошо, потому что жена мужика задала себе вопрос «А мой-то где?..» Мой — это, конечно, муж. Муж вдруг как-то подозрительно быстро исчез из поля зрения женщины. А перед этим она успела заметить на его физиономии не то лукаво-хитрое, не то виновато-жалобное выражение. Инстинкт жены привел владелицу магазина в подвал. Там и спал, широко раскинув руки, ее горячо любимый супруг.

Медсестра Настенька тоже смеялась, слушая эту историю... Потом больного отправили в палату. Все разошлись, а Настя снова направилась к окошку и рябине там, рядом с ним. Бедная девушка уже снова собралась взгрустнуть о неторопливом счастье, как вдруг по больнице прокатился очередной взрыв смеха. Девушка вернулась в приемный зал. Оказалось, привезли очередного пациента и снова... обмороженного!!

На этот раз смеялись даже тяжелобольные. А дежурному врачу была рассказана следующая история. Жена первого пострадавшего позвонила своей подруге и рассказала ей историю, приключившуюся с мужем. Та, конечно, посмеялась, но задала себе вопрос: «А мой-то где?!» Мужа рядом не оказалось. Женский инстинкт — о, это благородное и высокоинтеллектуальное чувство! — вдруг выдал следующее предположение: а не был ли и ее супруг там, в подвале?! Тем более что мужики — двоюродные братья. Вторая женщина бросилась к первой, они обе спустились в подвал и... Там, по их словам, «за ящиками», они нашли и второго мужика.

Смех делает женское лицо удивительно привлекательным. И я не сомневаюсь, что, глядя на Настю, любой здравомыслящий человек, наверняка, задал вопрос: «Мужи-

Алексей КОТОВ



те, есть такой тип девушек — добрых и мягких, но напроочь лишенных напора в эмоциональном общении с сильным полом. И, как говорится, «ну, не везет человеку по жизни!»

Вдруг по больнице прокатился взрыв смеха. Настенька вышла в приемную. Как оказалось, привезли пострадавшего от несчастного случая... Но какого!

В приемном покое Настя увидела обмороженного мужика. Напомню, что вокруг, в радиусе двух тысяч километров, царил Жара-2010. А еще мужик был пьян до состояния невменяемости.

сопоставимы по толщине со стенами средневековой рыцарской крепости. Одним словом, тепло- и звукоизоляция стен — на самом высоком уровне. Так вот, пострадавший мужик, о котором идет речь, решил выпить водки. Но как ее — проклятую! — выпьешь в жару?!.. Поэтому мужик забрался в подвал, в котором стояли мощные рефрижераторные установки. Он добавил мощности холодильникам и открыл их двери. Представьте, да?.. Получился Северный полюс в подвале. Расширенные на уличной жаре сосуды

ки, да чего вам, сволочам, еще нужно-то?!»

Легкий каламбур: второму пострадавшему была оказана первая помощь. По настоянию супруги, его отправили в палату с окнами на солнечную сторону. Кондиционер в той палате медленно умирал и скорее грел воздух, чем охлаждал его... Это была женская месть за мужскую глупость.

Настенька вернулась к своему окошку и рябинке и... Да! Повторяю: «Да!!!» Через двадцать минут привезли третьего обмороженного. Потому что две первые женщины позволили своей подруге. А та тоже задала себе вопрос: «А мой-то где?!» На этот раз женщины обшарили весь подвал. И уже не «за ящиками», а за холодильником нашли третьего мужика.

О, этот великий женский вопрос: «А мой-то где?!» Автор не сомневается, что за последние, допустим, двадцать лет он спас жизнь не трем, а, по крайней мере, тридцати трем тысячам му-

жиков. Потому что мужик — это большой ребенок. И за ним нужно постоянно присматривать. Он может натворить столько, что мало не покажется. Особенно если этот «ребенок» вдруг потянется к бутылке водки.

Смена Настеньки закончилась, и она пошла домой. Девушка снова думала о недостижимом счастье и она...

«Подождите-подождите!.. — наверняка оборвет тут меня какая-нибудь возмущенная читательница. — А как же закон жанра?! Если вы стали рассказывать об обмороженных мужиках, то тут буквально напрашивается концовка с таким же пострадавшим, за которого Настенька и выйдет замуж».

Я улыбнусь в ответ: именно!.. Но в начале рассказа я говорил о теореме Геделя, о запертом в доме человеке и о том, что этот человек не может осмотреть снаружи свою тюрьму. В этом непреодолимым парадокс теоремы Геделя в моем «переводе».

А теперь я возвращаюсь к

рассказу и говорю: Настенька — именно эта скромная девушка! — смогла победить парадокс Геделя. Она поднялась над своим «домом» одиночества, в котором была заперта. Она осмотрела этот «дом» снаружи и — это потрясает! — она нашла выход.

Какой выход и как нашла?.. Давайте все по порядку. Настенька не была замужем. И, тем не менее, идя домой, она вдруг улыбнулась и подумала: «А мой-то где?..»

Глупый вопрос?.. Нет. Удивительный?.. Мало! Это гениальный вопрос, черт бы меня побрал! Незамужняя девушка вдруг улыбается своим мыслям и спрашивает: «А мой-то где?..»

Настя пошла к той первой женщине, владелице магазина. Что она ей говорила, неизвестно, но та, едва взглянув на ее встревоженное лицо, — сразу и охотно согласилась спуститься в подвал. И там... Да, вы угадали! Там, но не «за ящиками», не «за холодильником», а в самом-самом углу и уже под ящиками был

найден последний, четвертый мужик. Его никто не искал, потому что не было женщины, спросившей себя: «А мой-то где?!» В поисках тепла мужик заполз дальше всех и, может быть, потому, что он больше других жаждал этого тепла.

Вот, пожалуй, и все... Там, в больнице, Настенька долго ухаживала за этим «четвертым» — он пострадал больше всех, потому что дольше пробыл в холоде.

Парня звали Павел. Через месяц Павел сделал Настеньке предложение руки и сердца. Приемный зал больницы был буквально завален цветами. Кстати, за Павла хлопотали даже жены «замороженных». По их уверениям, Павел был «не то, что их мужья».

Ох, уж это мне «чисто женское мышление»! Оно просто удивительно... Нет, оно потрясает... Хотя, нет! Оно — гениально и просто. Как все великое.

УВАЖАЕМЫЕ ЧИТАТЕЛИ!

Хотите получать нашу газету регулярно?

Заполните подписной купон: отметьте месяцы, на которые вы решили подписаться, а также укажите свои фамилию, имя, отчество и почтовый адрес. Вырежьте бланк из газеты и поспешите в ближайшее почтовое отделение.

ВЕСТА



почтовый индекс			
код улицы			
дом	корпус	квартира	

город	
село	
область	
район	
улица	

Министерство связи Российской Федерации

Ф. СП-1

АБОНЕМЕНТ газету **60672**
На журнал (индекс издания)

«Веста-М» количество комплектов

На 2014 год по месяцам

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12

Куда (почтовый индекс) (адрес)

Кому линия отреза

ДОСТАВОЧНАЯ КАРТОЧКА **60672**
(индекс издания)

газету **«Веста-М»**
На журнал (наименование издания)

Стоимость	подписки	руб.	Количество
	переадрес.	руб.	комплектов

На 2014 год по месяцам

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12

Фамилия, И.О.

О РЕМОНТЕ

С ЛЮБОВЬЮ

На пороге у нас лето, сезон отпусков. И пока кто-то планирует поездку к теплому морю, другие планируют ремонт. И очень многие надеются на подсказки «из телевизора». Ведь именно на телевидении сейчас «расплодилось» множество программ, в которых рассказывают, как оригинальнее, современнее и красивее обустроить свое жилище.

Одной из первых была программа «Квартирный вопрос». Ее автор, ведущая и просто звезда — Наталья Мальцева — до сих пор удивляется, что ее первый авторский проект все еще живет. Но ведь все мы знаем, что ремонт нельзя закончить — его можно только бросить, вернее, приостановить, чтобы продолжить — когда-нибудь — с новыми силами.

МЕЧТАТЬ НЕ ВРЕДНО!

Бессменная ведущая программы о квартирных переделках Наталья Викторовна Мальцева родилась в Ярославле, в большой семье. Хорошо училась, активно участвовала в общественной жизни родной школы, а еще успевала учиться в художественной. Мечта стать телеведущей появилась у Наташи, когда она училась еще в девятом классе. Но в те времена факультетов, готовящих тележурналистов, было не так много. Мечту пришлось отложить до времени, а поступить на исторический факультет Ярославского университета.

Три года Наталья добросовестно вгрызалась в гранит исторических наук, которые, к слову сказать, очень ей нравились. Но тяга к телевидению пересилила научное любопытство — Мальцева поехала в Москву. Она поступила на телевизионное отделение журфака МГУ, и уже с первого курса начала работать в компании «ВИД». Тогда пробиться на телевидение было гораздо проще, чем сейчас, ведь все только начиналось. Наталья прошла собеседование и через несколько дней уже приступила к работе. С 1992 года Мальцева принимала участие в

создании программ Владислава Листьева «Тема» и «Час пик».

КАРЬЕРИСТКА = МНОГО РАБОТЫ

Окончив университет, Наталья Викторовна перешла на канал НТВ, где стала корреспондентом нескольких программ, а также шеф-редактором передачи «Растительная жизнь», но тяготела она к другому: к исполнению детской мечты, а именно, созданию программы об интерьере и дизайне. К ее большой радости, идея нашла поддержку у руководства, и в 2001 году Мальцева стала ведущей «Квартирного вопроса».

Работала она всегда, действительно, много, за что и получила клеймо «карьеристка». Но сама она не видит в этом ничего плохого, ведь для того, чтобы сделать карьеру, надо приложить много усилий и труда. А главное при этом — не переходить границы дозволенного. Она и не переходила. Однако увлеченность работой однажды привела ее, в прямом смысле слова, на больничную койку. Работая одновременно над «Квартирным вопросом» и проектом «Дети напрокат», Наталья просто слегла от переутомления.

Неудивительно, что и ожидание рождения сына у нее было суперактивным. Свою беременность от коллег она скрывала до пятого месяца, работая, как ни в чем не бывало. А почти каждый вечер отправлялась в суши-

бар как на вторую работу: очень хотелось рыбы, причем сырой. «Раскусили» ее во время съемок передачи к 8 марта и начали наперебой поздравлять. Но переход на «легальное положение» никак не отразился на ее поведении, и работала ведущая до последнего момента.

И ВНОВЬ ПРОДОЛЖАЕТСЯ...

В декрете она усидела совсем недолго и спустя месяц после рождения сына Миши вернулась к съемкам. Как она сама говорит, сбегала от страхов за ребенка, которые прочно засели в подсознании. От плохих мыслей помогало избавиться жесткое планирование каждого дня. Это чтобы времени на них просто не оставалось.

С мужем Борисом они перебрались в новую квартиру еще во время беременности Наташи — ей тогда показалось невозможным, что ребенок появится на свет в съемной квартире. Выбирали недолго, решающим аргументом стал «питерский» вид из окна: набережная, деревья. А вот «доводили до ума» квартиру несколько лет, причем делать это за счет программы Мальцева отказалась наотрез. Все — своими силами. На первых этапах ремонта за него отвечала Наталья, но оказалось, что рассказывать о дизайне в эфире и делать обычный, но настоящий ремонт — абсолютно разные вещи. Когда ремонт окончательно забуксовал, к нему подключился муж. Он занимается мебельным производством и к решению любых вопросов подходит прагматично, благодаря чему «процесс пошел».

Наталья очень любит самое начало дня, когда вся семья только просыпается, завтракает. Старается улыбаться своему отражению в зеркале, как лучшему другу, а по выходным супруги обязательно находят время, чтобы провести несколько часов вместе со всей семьей.

СВЕЖАЯ КРОВЬ

Примерно через десять лет после первого выпуска редакторы задумались о приглашении второй ведущей. Искли ее долго, около двух лет. По удивительному стечению обстоятельств идеальной кандидатурой оказалась однофамилица Наташи — Ольга Мальцева. Они не сестры, даже не дальние родственники. Видимо, судьбе было угодно, чтобы Мальцевых в кадре «прибавилось». Но в программе есть незыблемый принцип: никаких родственников на площадке, и он соблюдается с самого начала. А чтобы исключить домыслы и слухи, Ольгу попросили взять фамилию мужа — Шульга.

Ольга родом из Ростова-на-Дону. После окончания механико-математического факультета Ростовского университета в 2000



году она пошла работать... на телевидение. Шесть лет была и ведущей прогноза погоды, и корреспондентом, и новости читала, и тексты научилась писать. А в 2006 году решила брать штурмом столицу. Приехав в Москву, Оля устроилась корреспондентом в программу «Доброе утро», где 4 года про-
ботала за кадром, а за это время вышла замуж и родила дочку.

Потом появились проекты, в которых она была уже не за кадром, а непосредственно в нем. Работа ей нравилась, и менять ее она не собиралась. Но однажды раздался звонок от ее земляка, по совместительству кастинг-директора программы «Квартирный вопрос», который предложил Оле пройти пробы. Так она стала ведущей популярной программы.

По признанию самой Ольги, поначалу ей было очень страшно: вокруг звезд, профессионалы. Она боялась, что не впишется в уже созданный мир, будет в нем лишней. Но процесс вливания в коллектив прошел на редкость хорошо. И, несмотря на то, что архитектурой и дизайном интерьера Оля никогда особо не интересовалась, а в «живом» ремонте участвовала лишь однажды, когда клеила с мужем обои на съемной квартире, творческий процесс создания нового интерьера захватил ее полностью. Сейчас она многое делает в кадре и своими руками.

ВСЕ - В САД!
А точнее, на дачу. Не все же в теплое время года задыхаются в душных квартирах, какие-то счастливики и на природе живут. Дача — это вам не только грядки с картошкой и клубникой. Возможно,

похожим образом рассуждали и создатели передачи «Дачный ответ». Программа выходит в эфир уже больше пяти лет, и на сегодняшний день ее ведущими являются Татьяна Грамон и Андрей Довгопол.

ЛИНГВИСТ-ДЕКОРАТОР...

Пожалуй, именно так можно назвать Татьяну, ведь по образованию она лингвист, переводчик с французского. Необычная фамилия досталась в наследство от мужа-француза, с которым она объездила всю Россию и полимира. Сравнив наши типовые квартиры с типовыми коврами на стенах и заморские интерьеры, Татьяна поняла: надо что-то менять. И сменила профессию. Окончила Московскую школу дизайна, поднаторела на мастер-классах во Франции, в общем, научилась создавать интерьеры. Кроме этого, она сама умеет и строгать, и пилить, и плитку класть.

Оформив несколько квартир, Таня поняла, что хочет поделиться тем, что знает, с широкой публикой.

Так и попала на телевидение, где в 2007-2008 годах вела авторскую программу по хэнд-мейду, а в конце 2008 года получила приглашение стать постоянным

ведущей есть дача, где Татьяна иногда проводит время вместе с детьми. Это обычный домик, обшитый вагонкой. Все по законам жанра: сапожник без сапог. До себя руки пока еще не дошли.

...И ЖУРНАЛИСТ-ОПТИМИСТ

Иначе охарактеризовать молодого ведущего «Дачного ответа» сложно. Андрея Довгопола зрители увидели в эфире в 2012 году, и его появление восприняли по-разному. Дело в том, что Андрей... не совсем четко произносит букву «р». Тем не менее, передача на НТВ — это далеко не первый телепроект, где он является ведущим. До нее была ТВ-программа «Строить — не перестроить» и «СТРОЙ-КА», где он рассказывал о современных строительных технологиях и современных материалах.

По об-



разговору Ан-

дрей, однако, далеко не строитель. Он — журналист, окончил кафедру журналистики в Санкт-Петербургском гуманитарном университете.

Работать Андрей начал еще во время учебы, и не только вел прямые эфиры на телевидении, но и писал статьи в газеты, а иногда, чтобы свести концы с концами, продавал батарейки в электричках. В Москву приехал в 2006-м недели на две и задержался на несколько лет. За эти годы Довгопол не только построил карьеру ведущего, но и организовал свою студию, продакшн-компанию, разорился и уехал обратно в Питер.

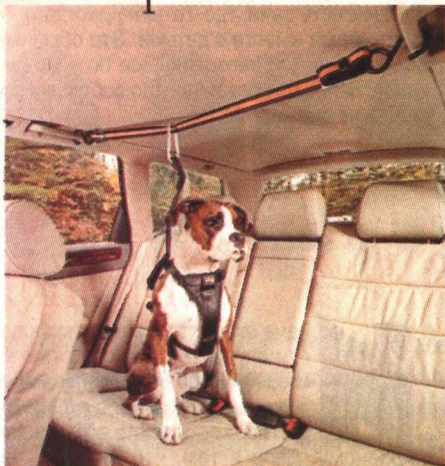
На телевидение вернулся благодаря «Дачному ответу», чему очень рад, ведь участие в передаче позволяет ему чувствовать себя немножко волшебником, меняя пространство вокруг людей.

Подготовила Олеся СПЕРАНСКАЯ



ди-зай-не-ром в про-грамме

«Дачный ответ». Через два года сотрудничества ей предложили стать ведущей, и она с радостью приняла это предложение. В ста километрах от Москвы у мамы



ПУТЕШЕСТВИЕ БЕЗ ПРОИСШЕСТВИЙ

На длинные майские выходные многие спешат уехать за город. Но как быть в этом случае с домашним любимцем, если присмотреть за ним некому? Конечно, брать с собой. Предлагаем вам несколько идей, после воплощения которых такое путешествие доставит и вам, и вашему четвероногому другу только положительные эмоции.

● Если вы перевозите собаку в салоне автомобиля, а из двуногих в машине только один человек, и тот за рулем, позаботьтесь о безопасности.

Чтобы во время движения собака, увидев что-то за окном, не стала бегать и прыгать по салону, отвлекая водителя, или во время резкого торможения не получила травму, наденьте на собаку жилет-шлейку (его можно купить в зоомагазине или изготовить самостоятельно) и закрепите его за поводок на эластичном жгуте, натянутом между ручками для пассажиров. Теперь ваш питомец сможет свободно двигаться, не мешая вам.

● Находясь на даче, удержать животное в доме проблематично. Но прогулки за пределами дачного участка тоже нежелательны. Крупную собаку может

сдерживать забор, а собачки мелких пород спокойно могут пролезть между прутьями забора и «вырваться на свободу». Чтобы этого не произошло, прикрепите к шлейке или ошейнику палочку длиной, вдвое превышающей промежуток между прутьями вашего забора.

● Если у вас есть ненужная бочка, можно оборудовать в ней мобильную будку для своего пса. Переверните ее на бок, а внутрь положите подстилку. Теперь ваш любимец сможет проводить ночи на свежем воздухе, но будет иметь возможность спрятаться от дождя.

● По возвращении в город собаку неплохо бы вымыть. Если ваш пес не жалует водные процедуры, вырывается и пытается убежать, наденьте на него шапочку для душа. Так вы убережете его ушки от попадания в них воды.

КОШКА ГУЛЯЕТ САМА ПО СЕБЕ

Если вы опасаетесь, что, попав «на волю» дачного участка, ваша кошка может убежать, гуляйте с ней, как с собакой, на поводке. Но для этого животное необходимо приучить к шлейке. Сначала дома, без поводка, на несколько минут, чтобы кошка привыкла и освоилась. Если первая реакция отрицательная, попробуйте отвлечь ее: дайте киске лакомство или любимую игрушку, чтобы надевание шлейки ассоциировалось у нее с чем-то приятным.

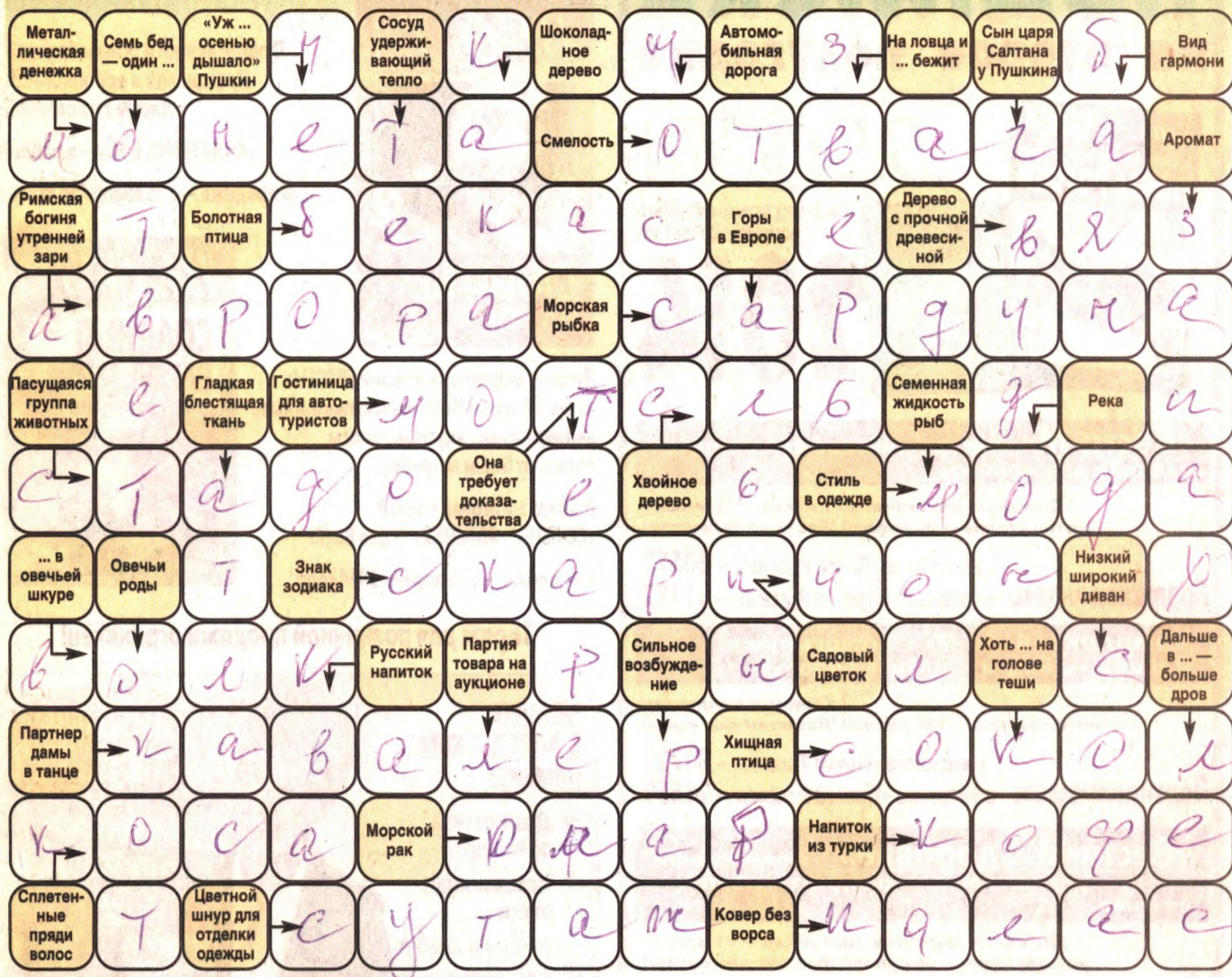
Постепенно время ношения шлейки увеличивайте, в зависимости от того, насколько комфортно ваша кошка чувствует себя в ней. В первый раз пройтись по дому на поводке можно, лишь когда животное спокойно проводит в шлейке несколько часов.

Если все этапы пройдены, кошка ведет себя спокойно, не кусает поводок и не «падает без сил» на пол, можно выходить на улицу. Но помните, что не вы будете выгуливать кошку, а совсем наоборот.

ВАЖНО! Никогда не выводите кошку гулять на поводке с ошейником — ее шея не сможет выдержать большие нагрузки, а, зацепившись за что-то или сделав резкий рывок, животное может получить серьезную травму шеи.

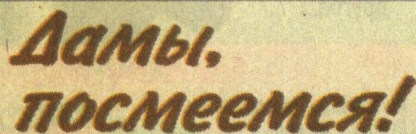
Подготовила Алиса МИШИНА





Ответы на сканворд № 4 по горизонтали: бекон, афера, атлас, танго, неуч, обряд, театр, ирония, темя, ядро, ужас, жук, турне, осина, ордер, антрекот, ларек, Ева, идеал, марш, рис.

По вертикали: коттедж, род, бант, стела, десерт, Урал, отчим, наем, хна, ряженка, вагон, кореш, фобия, сев, ряд, Икар, ария, руно, дно, Атос.



- 

слышала.



😊😊😊



— Что может быть ужаснее капризов красивой женщины?
— Капризы некрасивой женщины!

ПРОДОЛЖАЕТСЯ ПОДПИСКА

на второе полугодие

ИЗДАТЕЛЬСТВО

ВЕСТА

Подписку можно оформить
на сайте: VIPISHI.RU



2014

«Веста-М» — всероссийское ежемесячное издание для женщин.

Стоимость подписки: на 1 месяц — 15 рублей,
на полугодие — 90 рублей (без почтовых услуг).

в каталоге «Почта России» — 60672

Подписной индекс в каталоге «Пресса России» — 51182

Комплект «Веста-М» + 2 спецвыпуска:
«Салаты на бис» и «Соленья-варенья»

Стоимость подписки:
на полугодие — 120 рублей (без почтовых услуг).

в каталоге «Почта России» — 83727

Подписной индекс в каталоге «Пресса России» — 91859

«Веста-М. Здоровье» — ежемесячная газета о традиционных и народных методах лечения.

Стоимость подписки: на 1 месяц — 11 рублей,
на полугодие — 66 рублей (без почтовых услуг).

в каталоге «Почта России» — 60673

Подписной индекс в каталоге «Пресса России» — 15510

Комплект «Веста-М» + «Веста-М. Здоровье»

Стоимость подписки: на 1 месяц — 23 рубля,
на полугодие — 138 рублей (без почтовых услуг).

в каталоге «Почта России» — 83728

Подписной индекс в каталоге «Пресса России» — 91858

«Веста-М. Сканворды» — газета выходит 2 раза в месяц и содержит сканворды для взрослых и детей.

Стоимость подписки: на 1 месяц — 16 рублей,
на полугодие — 96 рублей (без почтовых услуг).

в каталоге «Почта России» — 60674

Подписной индекс в каталоге «Пресса России» — 11255

ВНИМАНИЕ! СПЕЦВЫПУСКИ ОТ «ВЕСТЫ-М»!

Удобный формат — и для дамской сумочки,
и для полки на кухне!

На каждой странице — только самое лучшее
и оригинальное!



Лучшие рецепты читателей «ВЕСТЫ»
со всей России! Необычные, пикантные,
деликатесные, вкусные запасы
пополнят Ваши погреба!

Любите заготовки впрок?
«СОЛЕНЬЯ-ВАРЕНЬЯ» — для Вас!!!

В продаже — с 26 апреля 2014 года

Любите вкусно и разнообразно?..
Празднично и оригинально?..
Дешево и полезно?..

«САЛАТЫ НА БИС» — для Вас!!!

В продаже — с 25 января 2014 года



Тираж для розничной продажи ограничен!

**ЧИТАЙТЕ
В АПРЕЛЬСКОМ
НОМЕРЕ:**

- ◆ Диагностика по языку
- ◆ Незаменимая омега
- ◆ Глисты и диабет
- ◆ Сон: инструкция по применению
- ◆ Дачная пора
- ◆ И многое другое...



**В продаже
с 26 апреля**

ПОДПИСНЫЕ ИНДЕКСЫ:

В каталоге «Пресса России.
Газеты и журналы».
Второе полугодие 2014

15510



В каталоге
«Почта России».
Второе полугодие 2014

60673

Май

ISSN 1818-7684



9 771818 768369

14005

